Prefaţă la noua ediţie

Dr. *Ceraţi* Liifti 7

Mai 1998. Au trecut deja cincisprezece ani! Ce s-a întâmplat, în toată această vreme, cu „amanţii"? Cum aţi

reacţionat la această apologie a
mângâierii? Aprobări, contestări,
întrebări, la toate acestea aş dori să
răspund astăzi. Răspuns am trimis,
individual, la fiecare dintre scrisorile
voastre. Dar acum, „scrisoarea” mea va
fi mai amplă şi, totodată, mai precisă;

iar cu acest prilej, mă voi adresa şi
tuturor acelora care mi-au spus: „Aş fi
vrut să vă scriu, dar n-am îndrăznit”.

Dacă *Tratatul de mângâieri* v-a
adus mai multă fericire, făcându-i o
primire atât de călduroasă, m-aţi făcut
şi pe mine mai fericit. Narcisism? Nu

numai: desigur, succesul îi este
întotdeauna plăcut ..ouluf — şi cu atât
mai bine, căci astfel a fost încurajată
cea mai luină parte a mea, dar fericirea
mea se datorează şi altor motive, mai
generoase. Scriindu-mi cartea cu
dorinţa de a spune adevărul, dacă LUI

chiar cu impudoare, am putut constata
că atunci când suntem .ulevărați, găsim
şi adevărul celuilalt; ca şi cum,
deschizându-ne Miile tul, am deschide
sufletul celuilalt. Ca şi cum, atingând
esența «lin noi, am atinge esența
fiecăruia şi, prin urmare, universalul.

Fericit am fost şi pentru că am constatat cum mângâierea — această tandră modalitate de apropiere, chiar de unire cu celălalt — interesa atât de multă lume. Iar dacă am putut atinge în fiecare ceva esenţial şi universal, i-am atins tocmai partea de lumină pe care

Maeterlinck o numea divină. Dacă aţi
şti câtă sensibilitate se ascunde dincolo
de măştile şi platoşele oamenilor! Am
văzut directori ambiţioşi, preoţi
neînduplecaţi şi jandarmi severi
plângând ca nişte copii atunci când
abordam problema mângâierii. Căci

oamenii, când îi vezi dezgoliţi, la trup şi suflet, aşa cum i-am văzut eu de la naştere până la moarte, sunt înduioşători. Dar nu trebuie nici să disperi şi nici să-i aduci la disperare.

Şi, în sfârşit, am fost fericit pentru că am ajutat. Câţi nu mi-au spus

sau scris că, după ce au citit *Tratatul,*
cuplul lor a trăit momente mai bune!
într-adevăr, ceea ce amenință
coeziunea şi permanența cuplului este
tocmai rutina, mai ales cea a vieții
sexuale, care determină uzura dorinței
şi a plăcerii şi, într-un final, plictiseala.

Or, prelungirea duratei de viaţă ne expune la un trai în comun, pe o perioadă prea îndelungată, cu aceeaşi persoană. Iar riscurile implicate de bolile cu transmitere sexuală ne incită mai degrabă să ne centrăm asupra

aceluiaşi partener decât să ne împărţim între mai mulţi.

Ce fac de obicei oamenii pe care-i copleşeşte plictiseala? Optează pentru una dintre următoarele soluţii:

- Schimbă partenerul. Din păcate, lucrul acesta rareori se-ntâmplă fără

durere şi dezastru. Unul dintre ei
suferă, dacă nu chiar amândoi, suferă
şi copiii, şi unii, şi ceilalţi putând
ajunge la depresie, dacă nu chiar
sinucidere. Iar din bunurile comune, cu
mare trudă dobândite şi simboluri ale
relaţiei, se alege praful. Adesea,

schimbarea aduce şi alte deziluzii Căci, în realitate, pentru a te apropia de fericire, pe tine însuţi ar trebui să te transformi.

- Se resemnează să trăiască fără fericire erotică. O viaţă, fără-ndoială,

posibilă dacă sentimentele sunt puternice, deşi

acestea riscă să-şi piardă din intensitate odată cu dorinţa. Şi, cu siguranţă, cu atât mai posibilă atunci când afecţiunii i se alătură împărtăşirea unor pasiuni comune: un

ideal, un proiect, o artă etc. Totuşi,
cuplul este mai viu când e străbătut de
seva erotismului. Cât despre aceia ale
căror sentimente sunt călduţe, iar ceea
ce împărtăşesc este exclusiv de ordin
material, coexistenţa lor nu va-ntârzia

să se transforme într-o „eternă concesie".
• Regenerează şi reînnoiesc schimburile corporale, astfel încât să menţină interesul partenerului şi să-i susţină plăcerea. Este vorba despre infinita variaţie a mângâierilor, astfel

încât, după cum se spunea în *Kama Sutra,* „partenerul să se simtă de parcă ar fi cu treizeci şi două de femei diferite" sau, reciproc, partenera cu treizeci şi doi de bărbaţi diferiţi. Iar pentru ca acestei reînnoiri să i se ofere

toate şansele, de ce să nu apelăm la tratate?

Unii vor protesta: „Iubirea nu se-nvaţă, ştim totul din instinct. Şi apoi, când nu te mai mulţumeşti cu atât, n-ai decât să-ţi foloseşti imaginaţia". Dar nimeni nu poate şti totul; n-ar fi atunci

indicat să învăţăm iubirea? învăţăm să
citim, să scriem, să gătim, să cântăm la
chitară. De ce nu am face asemenea
orientalilor care, milenii de-a rândul,
au transmis, întru binele tuturor, arta
erotică, aşa cum au lăcut şi cu dansul,
caligrafia sau ikebana? Culegerile lor

de precepte despre senzualitate erau parte integrantă a cărţilor sacre, precum *Kama Sutra* sau *Ananga Ranga*. Şi oare nu Balzac a zis că: „În iubire, femeia este, şi nu la suflet mă gândesc, o liră ale cărei taine nu se oferă decât aceluia ce ştie a o mânui?”

Acelaşi lucru îl putem spune >i despre bărbat.

Alţii exclamă: „La naiba cu tehnica, iubirea este poezie, iubirea este spontaneitate, iubirea este tandreţe". Dar cunoaşterea nu ucide nici elanul, nici tandreţea, dimpotrivă,

le îmbogăţeşte, le nuanţează infinit, le inspiră mii de acorduri. Exotismul este ceea ce rămâne când am uitat totul; în vâlvătaia iubirii, îndrăgostitul transcende paginile tratatelor, aşa cum pictorul sau compozitorul, purtaţi de inspiraţie, trec dincolo de învăţăturile

anilor de ucenicie. De altfel, dacă instinctul sau imaginaţia fiecăruia ar fi într-atât de roditoare, iar tandreţea şi poezia, atât de răspândite, n-ar exista atâta plictiseală în alcovuri.

Scopul acestei noi ediţii este, prin urmare, de a vă prezenta ideile la

care am fost obligat să reflectez şi
reacţiile pe care le-am putut înregistra
de când această carte a văzut lumina
tiparului. Dar este şi acela de a vă
lămuri, aşa cum vă doriţi, în privinţa
anumitor mângâieri şi de a vă propune
altele noi.

Am adunat
reacţiile ce-
au urmat

lecturii
acestui tratat
fie de la

pacienţi, în
timpul
consultaţiilor

, fie de la
persoane
care asistă la

conferinţele
mele, fie din
nenumăratel

e scrisori pe
care le-am
primit.

Scrisori ce
sunt, adesea,
nişte

pasionante,
chiar
patetice

documente
umane.

Trebuia să vi
le încredinţez

.La ce
visaţi fără

să
îndrăzniţi
să cereţi

>Mai 1980. Aşezaţi chiar pe jos,
suntem treizeci de medici şi psihologi
care ascultă două conferenţiare cu
totul deosebite; în cadrul sesiunii de
primăvară a Institutului de Sexologie,

organizatorul, o persoană remarcabil de eclectică, a invitat două foste prostituate, ce învăţaseră o nouă meserie, masajul erotic.

La inceput, motivaţia lor a fost să exploateze presupusa lubricitate a clienţilor; habar n-aveau ce este acela un masaj terapeutic şi nici nu urmaseră

vreun curs de psihologie; dar confidenţele lor au fost cu-atât mai tulburătoare: clienţii nu erau defel nişte bătrâni perverşi; aveau intre optsprezece şi şaizeci de ani, iar cei mai mulţi între optsprezece şi treizeci şi doi de ani. Nu erau nici nişte dezechilibraţi psihic sau sexual dovediţi

şi niciunul nu a încercat să le agreseze în vreun fel. În sfârşit, proveneau din clase sociale foarte diferite.

Toţi sperau să primească, prin mângâierile acestor femei, liniştirea pe care n-o găseau lângă soţii, chiar şi atunci când susţineau că au o viaţă sexuală satisfăcătoare. Reveneau cu

regularitate şi, de la o şedinţă la alta,
păreau tot mai fericiţi. La rândul lor,
mascuzele,

care, la început, nu aveau decât dispreţ
pentru clienţii lor, au înţeles că
îndeplineau cu adevărat un rol
terapeutic.

tn Franţa zilelor noastre, sunt din ce în ce mai multe saloane de masaj erotic şi grupuri de masaj califomian (masaj terapeutic elaborat de un cuplu de psihologi din Esalen, care vizează să creeze, în trup şi minte, o stare de destindere euforică). De altfel, sunt

convins că cei mai mulţi dintre clienţii
medicilor, kinetoterapeuţilor, coaforilor
şi manichiuristelor resimt tot o nevoie
inconştientă de contact uman, în sens
tactil şi psihologic. Fără să ştie, aceşti
profesionişti au în mâini o stranie
putere care le depăşeşte arta.

Lipsa mângâierilor poate avea o dimensiune universală. Mulţi oameni mi s-au destăinuit, bărbaţi şi femei nemulţumiţi de viaţa lor sexuală, şi am fost şocat de faptul că doleanţele lor se refereau nu atât la patologia clasică a sexologiei (frigiditate, impotenţă,

ejaculare precoce, anafrodizie etc.), ci, mai degrabă, la lipsa de tandrețe a partenerului(ei). Totuși, nu știam că lipsa mângâierilor poate fi resimțită într-atât de profund, încât să-i împingă pe bărbați să apeleze, contra cost, la serviciile unor femei care să le-o aline

pe deplin, ori că poate da naştere celor mai îngrozitoare suferinţe.

Mdanie este măritată cu un manager, sportiv pe deasupra, tn timpul săptămânii, nu-l vede mai deloc, căci e mult prea prins de afacerile care-l poartă prin toată Europa. Iar sâmbăta

şi duminica, se dedică pasiunilor sale: tenisul şi călăria. Este un luptător.

Nenorocirea este că se comportă la fel şi în viaţa sa intimă, dar cu mai puţină eficacitate: preludiile sunt atât de neîndemânatice, încât Melanie le scurtează şi, ca să scape

odată, cere actul sexual. Care este atât de nesatisfăcător. încât îmi face această mărturisire nemaipomenită, grăitoare în ceea ce privește dizarmonia dintre ei: „Nu-i deloc amuzant să fii scuturată ca un prun”. Din fericire pentru ea, coitul durează puțin.

Totuşi, acest bărbat îi spune femeii sale că o iubeşte... Fără îndoială, nu iubeşte femeia.

Mélanie a venit la mine pentru tulburări diverse care alternează şi recidivează: cistită, colită, dureri de spate, mastoză, migrene. După fiecare consultaţie, se simte mai bine timp de

două sau trei săptămâni; apoi, mă
caută din nou, cu alte tulburări. Multă
vreme, n-am mai văzut-o. „Puterea"
mea nu-şi mai făcea, cu siguranţă,
efectul şi se dusese să-şi trateze
suferinţele la vreun confrate.

Un an mai târziu, Mélanie
reapare, radioasă; vrea să-i prescriu

doar un contraceptiv. Spatele? Nu-l mai simte încordat. Vezica? Să nu mai vorbim despre ea. Intestinele? Problema a dispărut. Au dispărut până şi nodulii mastozei, sânii sunt supli şi n-o mai dor. Artizanul acestei metamorfoze? Un amant pe care-l idolatrizează. Trupul ei care „striga” să

fie mângâiat este vindecat, adorat, glorificat.

Gil face parte dintre acei pacienți care-i pun pe medici în încurcătură și contribuie din plin la deficitele asigurărilor de sănătate. Prezintă prea multe simptome ca să fie cu-adevărat bolnav: amețeli, dureri de

cap, angoase, sufocări, înţepături la inimă, palpitaţii, dureri abdominale. De câţiva ani, s-a dus la mai mulţi generalişti şi specialişti; a făcut nenumărate şi costisitoare analize, variate şi oneroase tratamente. Totul a fost în van: Gil este bolnav de iubire

sau, mai exact, de lipsă de iubire. Or, iubirea nu se prescrie printr-o rețetă.

Este căsătorit cu una dintre acele soții model care nu refuză aproape niciodată să-și îndeplinească îndatorirea conjugală, dar care nu are nici urmă de fantezie, fantasmă, tandrețe și căldură; o femeie cu mâinile

prea reci, prea ţepene, prea cinstite. Sexul este uşurat, dar trupul nu se simte deloc satisfăcut.

Remarcabil în cazul patologiei lui Gil este faptul că doar masajele îl alinau; il trimiteam din ce în ce mai des la kinetoterapie. „Numai aşa mă simt

mai bine, toate problemele îmi vin de la vertebre.”

Gil s-a vindecat. Nu

cred că e
numai
efectul

magneziului
pe care i l-
am prescris:

a divorţat şi
s-a căsătorit
cu o...

kinetoterape
ută. Nu i-a
făcut nici

măcar o dată
un masaj
terapeutic;

dar ne
putem
imagina că o

femeie, a
cărei vocaţie
este să

vindece cu
mâinile,
trebuie că

iubeşte pe
deplin cu

aceleaşi
mâini

.Pielea:
1500 000 **de receptori**

în aşteptare

Ne minunăm de câte ne percep ochii, urechile şi gura. Şi totuşi, cel mai generos dintre organele noastre

senzoriale este pielea. Pe când ne
scăldam în sfera uterină, ea ne oferea
mângâierile suave ale apei amniotice,
în vreme ce toate celelalte simţuri
aparţineau încă neantului, cu excepţia
auzului care capta, înăbuşite, cânturile
şi furiile lumii.

După naştere, atunci când frigul, zgomotele, lumina orbitoare şi duritatea obiectelor ne-au agresat simţurile, pielea a fost aceea care ne-a oferit prima fericire, în chiar clipa când mama ne-a strâns la piept.

Mai târziu, când iubirea îl cuprinde pe bărbat, glasul şi vederea iubitei nu-i mai ajung, e nerăbdător să o simtă aproape. Acelaşi lucru se întâmplă şi în cazul femeii. La fel, ne dăm seama că oamenilor nu le e de-

ajuns să-şi vadă profeţii, conducătorii sau „idolii”, ci trebuie să-i şi atingă.

Pielea este această peliculă a unui ţesut specific care ne acoperă suprafaţa corpului, prelungindu-se la extremităţi — degete, urechi etc. — şi invaginându-se în orificiile naturale.

Din punctul meu de vedere, pielea
cuprinde nu numai tegumentele
obişnuite — dacă pot spune astfel —
care acoperă corpul, ci şi pe acelea ale
buzelor, mame* loanelor şi areolei
sânilor; în sfârşit, cuprinde şi partea
exterioară a organelor genitale, mai

precis vulva, clitorisul, vaginul, penisul şi glandul.

Pielea nu este un banal înveliş de piele, căci rolurile-i sunt multiple. Ea ne interesează aici ca organ de simţ — simţul tactil. Este cea mai întinsă dintre suprafeţele noastre senzoriale:

18 000 cm* la adult, 2 500 la nou-
născut. Auzul, văzul, mirosul şi gustul
nu ocupă decât câţiva centimetri. Este,
de asemenea, şi cel mai bogat în recep-
tori: în total 1 500 000. „După creier,
pielea este, fără îndoială, cel mai
important ansamblu de organe”, afirmă

Ashley Mor.tagu (1); tot el adaugă: „O fiinţă umană poate trăi oarbă fiind, surdă fiind, fără nici urmă de gust sau miros, dar nu ar putea supravieţui nici măcar o clipă fără piele”.

Pielea este formată din două straturi principale — epidermul şi

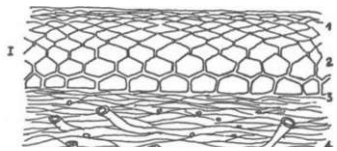
dermul —, ele însele stratificate în diferite substraturi (schema 1). Stratul superficial al epidermului, numit cornos. poate fi redus la câteva rânduri de celule epiteliale, iar în acest caz pielea este fină şi moale; sau este făcută din multiple rânduri de

asemenea celule, şi atunci este o piele cu adevărat „tăbăcită". Stratul profund al dermului, numit hipoderm, conţine celule adipoase; în funcţie de cât de multă asemenea grăsime există, pielea este mai groasă sau mai subţire. Atunci când este fină, adică atunci când

stratul cornos şi grăsimea sunt subţiri sau, mai mult chiar, inexistente, pielea este extrem de sensibilă. Este cazul celor mai erogene zone: buzele, sânii, vulva, glandul clitorisului şi al penisului, vaginul.

Pielea corpului se îngroaşă şi devine mai insensibilă atunci când se află într-un contact permanent cu veşminte aspre. Iată de ce ordinele religioase ii obligă pe călugări să poarte rase de dimie şi să doarmă în aşternuturi scorţoase. În schimb,

femeile (cu dare de mână) și
aristocratele care purtau haine plăcute
la atingere — mătase.
1. Epiderm
î. Strai coraos
2. Strat Maipighi


I
1
2
3
4

II. Derm

4. Vase

SCHEMA 1 PIELEA

Lobuli de grăsim

linou, tafta, muselină, catifea — aveau o piele mai sensibilă. Democratizând ţesăturile fine, apariţia stofelor sintetice (nailon şi altele) păstrează senzualitatea tuturor epidermelor.

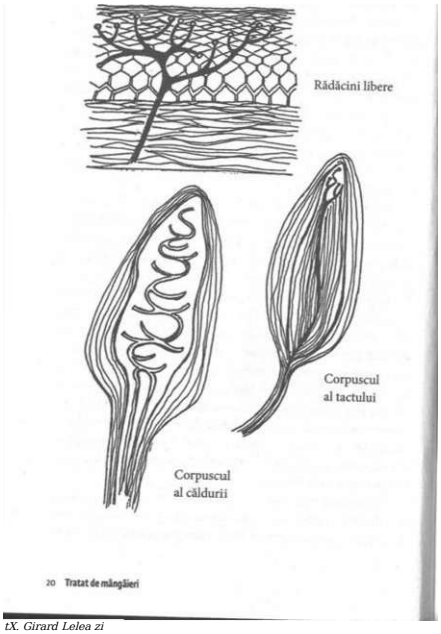
Pielea celor care lucrează cu mâinile se îngroaşă nu doar la nivelul palmelor, ci şi al coatelor, umerilor, gâtului şi genunchilor. Stratul cornos hipertrofiat formează în aceste zone asperităţi şi calozităţi. Din fericire, tehnologia îl eliberează din ce în ce mai mult pe om de muncile grele şi, în curând, nu va mai trebui să supraveghem decât nişte pupitre sau roboţi. Dar, în aşteptarea acestor vremuri noi, cei care încă mai robotesc cu mâinile trebuie să le 'îngrijească: să le apere cu mănuşi, să le spele cu săpunuri speciale, acide, să le hrănească cu creme revitalizante, astfel încât acestea să-şi păstreze sensibilitatea şi fineţea.

Textura şi aspectul pielii se pot schimba, în funcţie de cât de mult este mângâiat şi mângâie purtătorul ei. O fiinţă tandră va avea o piele catifelată, moale, fină; o fiinţă lipsită de tandreţe va avea o piele uscată şi aspră. Cu cât o piele este mai mângâiată, cu atât este mai sensibilă.

Pielea are mii de receptori (de la 8 până la 135 pe centimetru pătrat), aflaţi într-o permanentă stare de alertă, care captează stimulii veniţi din exterior; aceşti minunaţi mici detectori, cărora le datorăm plăcerile, dar şi durerile noastre, se află la capătul nervilor senzitivi, în epiderm, ei se ramifică asemenea iederii pe un perete; în derm, se încastrează în capsule — nervul şi capsula formează un „corpuscul" Cei mai celebri corpusculi sunt cei ai voluptăţii, numiţi şi „corpus- culii K ra usc", care se găsesc pe glandul clitorisului şi al penisului şi, bineînţeles, şi în alte zone erogene. Datorită lor ne pierdem capul. Aceste microorganite au schimbat pe deplin multe vieţi şi, fără îndoială, uneori, şi cursul istoriei...

În sfârşit, în piele se găsesc, mai ales în dermă, şi vase de sânge; în cele mai erogene zone, bogăţia vasculară este extraordinară, de unde şi culoarea lor roşie: buze, mamelon, gland, vulvă, vagin.

SCHEMA 2 RECEPTORII SENZORIALI



tX. Girard Lelea zi

Vasele de sânge se adună aici în plexuri — împletiri foarte dense de vase sanguine — şi în corpi erectili — adevăraţi bureţi de sânge.

Nu se ştie îndeajuns cât de extreir de sensibilă este pielea. Multă lume o consideră un organ senzoriil grosolan, care simte vag stimulii, dacă aceştia nu sunt puternici; pare cel mai rudimentar dintre cele cinci simţuri, inferior auzului şi văzului, cele mai nobile dintre toate. Dar ne înşelăm: este cel mai fn. Anumite zone pot înregistra presiuni de 2 mg sau discerne distinţa de 1 mm dintre două vârfuri de compas. Pielea poate apreci; mai bine diferenţele de contact decât o face urechea pentru „intervalele" dintre două note. (Un interval este diferenţa de înălţime a «unetului între două note.) Dacă pielea este supusă unei vibraţii de frecvenţă rapidă, ea poate detecta întreruperi de zece miimi de secuidă.

Câţiva cercetători au pus la punct, peitru orbi, limbaje cutanate bazate pe pulsaţiile unui aparat electronic: pielea este atunci capabilă să descifreze mesaje complicate şi rapide. Orbul citeşte literalmente cu pielea. Se spune că Hélène Keller, surdi, mută şi oarbă, se bucura pe deplin de frumuseţea unei simfonii foUsindu-se de tălpile picioarelor, percepând vibraţiile podelei.

Această capacitate a pielii de a an;liza toate nuanţele, toate gradele unui stimul şi semnificaţiile salt emoţionale este admirabilă. Pielea este sensibilă la contact, la re<e şi ia cald, la durere. Cât despre sensibilitatea tactilă, stimulul efident este un contact uşor, ce duce la o variaţie minimă de presiuni. Pragul sensibilităţii este valoarea greutăţii minime care, aplicată fe o suprafaţă dată, determină apariţia senzaţiei tactile. Pragul viriază în funcţie de zone: pentru faţă şi vârful degetelor, extrem dî sensibile, pragul este de 2 mg. Pentru partea dorsală a degetelor ş: a mâinii, acesta este de 15 mg. Pragul variază şi de la individ la indfrid.

Firele de păr de pe corp constituie «işte adevărate dispozitive care amplifică senzaţiile tactile, scăzând pragul sensibilităţii atunci când sunt atinse. Mângâierile superficiale, precum atingerea uşoară cu limba sau vârful degetului, se adresează acestei sensibilităţi.

Pentru sensibilitatea termică, stimulul este variaţia de temperatură a pielii la contactul cu un element care aduce sau absoarbe calorii. Pragul de sensibilitate termică depinde de zone; sensibilitatea este extremă la nivelul mamelonului (care se întăreşte la frig), importantă la nivelul obrajilor (atunci când calcă, unele femei testează temperatura fierului apropiindu-l de obraji), mai mică la nivelul suprafeţei dorsale a mâinilor şi al abdomenului; glandul penisului este insensibil la frig. Căldura mâinii este o componentă a plăcerii dezmierdării. Mâinile reci nu vor provoca defel senzaţii agreabile.

Cât despre sensibilitatea algică, stimulul care provoacă durerea este un exces de presiune sau de temperatură — în plus sau în minus ori o leziune. Pragul de sensibilitate algică este mare: senzaţia dureroasă nu se declanşează decât în urma unor agresiuni importante, semnalându-i organismului o afectare a integrităţii. Mângâierea poate comporta un anumit grad de durere, acceptat şi acceptabil pentru orice om normal. Este cazul pişcăturilor sau al muşcăturilor.

Această sensibilitate a pielii la stimuli se numeşte sensibilitate exteroceptivă; vasele care irigă pielea sunt şi ele sensibile, aceasta fiind sensibilitatea cutanată interoceptivă. Dezmierdările provoacă o vasodilataţie şi un aflux de sânge; aceste modificări determină o excitaţie plăcută a fibrelor nervoase care înconjoară vasele de sânge. Senzaţiile sunt maxime în zonele erogene, unde sângele abundă din cauza bogăţiei lor vasculare.

Mângâierile, atunci când sunt mai apăsate, şi îmbrăţişările îndrăgostiţilor implică sensibilităţile profunde, mai precis acelea ale organelor situate sub piele: aponevrozele, muşchii, tendoanele, ligamentele, articulaţiile etc., stimulii fiind presiunile exercitate, contracţiile efectuate, mişcările realizate. Acest tip de sensibilitate se numeşte proprioceptivă.
Or.CffafdWfu 2}

Vasele de sânge şi viscerele pot fi şi ele vizate. Stimulii sunt variaţiile de presiune şi de mărime ale vaselor şi distensia viscerelor. Această sensibilitate se numeşte visceroceptivă.

Ce este o senzaţie erotică? Răspunsurile sau, mai degrabă, lipsa unor răspunsuri ale fiziologilor şi psihanaliştilor, diferenţierea pe care ei o realizează între sexualitate şi erotism au generat confuzie. Să ne întoarcem la bunul-simţ. În sensul cel mai direct şi cel mai comun, o senzaţie erotică este o senzaţie agreabilă care incită la actul sexual, altfel spus, o excitaţie care trezeşte dorinţa sexuală şi produce la nivelul corpului şi mai ales la nivelul organelor genitale o serie de schimbări în vederea coitului.

Totuşi, oamenii ştiu, cel mai adesea, să deosebească excitaţia de act sau chiar dorinţă; într-un sens mai moderat, senzaţia erotică este, aşadar, o senzaţie agreabilă care incită la apropierea de o altă persoană, fără să determine în mod obligatoriu apariţia nevoii sistematice de coit. Aşa se întâmplă în ceea ce vom numi „mângâierea de dragul mângâierii”. Noţiunea de „o altă persoană” este ceea ce diferenţiază senzaţiile erotice de celelalte plăceri, ca acelea pe care le resimţim atunci când mâncăm, bem, stăm la soare

etc. Toate aceste stări de bine ţin de senzualitate; erotismul nu este decât una dintre multiplele ei modalităţi: este senzualitatea sexualităţii.

Autocratismul, mai precis capacitatea de a ne excita pe noi înşine prin mângâieri şi masturbare, nu infirmă principiul dorinţei de un altul; adultul care se dedă plăcerilor solitare are fantasme ce includ partenerul sau în cadrul cărora işi este sieşi partener. Cât despre copilul care-şi oferă plăcere, el se mulţumeşte să se folosească de organele predestinate apropierii.

Unde se nasc senzaţiile erotice? Există oare o sensibilitate erotică specifică? În glandul clitorisului şi al penisului, se află nişte corpus- culi ai voluptăţii, corpusculii Krause. Dar, pe întreaga suprafaţă corporală şi pe epidermul care acoperă organele sexuale, nu a mai fost pus în evidenţă niciun alt receptor specific al plăcerii; iar fiziologia nu a descris un sistem nervos specific erotismului. Astfel că tot ceea ce face ca o senzaţie să fie erotică rămâne încă un mister.

Când o stimulare erotică a)unge la creier, ea trece prin straturile vechi sau arheocerebrale, sediu al instinctelor: el declanşează răspunsul sexual în tot corpul şi organele genitale (congestie, lubri- fiere etc.); apoi, senzaţia ajunge la creierul mijlociu sau talamus, sediu al vieţii afective: aici îşi capătă nuanţa emoţională (agreabilă sau dureroasă); în sfârşit, ajunge la creierul superior sau cortex care o evaluează, o acceptă sau o respinge, şi autorizează sau interzice trecerea la act — în funcţie de mediu, contextul afectiv şi ţinând cont şi de etică.

Orice stimulare este la inceput agreabilă, cu excepţia acelora care depăşesc pragul dureros. Starea de bine este rodul oricărei vibraţii senzoriale, dar numai în cazul în care cortexul o validează. Căci dacă senzaţia este plăcere, creierul reprezintă cenzura. Plăcerea este o stare de spirit. Iar lupta dintre agreabilul senzaţiei şi controlul creierului este permanentă.

În principiu, contactele fortuite din mijloacele de transport în comun ne irită, căci cenzorul din noi veghează; ni-l putem insă imagina mai puţin vigilent şi atunci contactele pot fi agreabile. De asemenea, atingerile uşoare ale partenerului cu care tocmai ne-am certat ne provoacă repulsie, dar plăcerea mângâierii poate fi mai puternică decât ranchiuna, determinând defensele corticale să cedeze; aceasta este împăcarea din dormitor; se ajunge aici doar dacă, sub efectul cuvintelor tandre, cortexul nu cedează încă de la început, autorizând resimţirea plăcerii.

Pielea are mai multe modalităţi de a exprima plăcerea.

Piloerecţia este zbârlirea firelor de păr prin contracţia muşchilor oripilatori. Această „piele de găină" este produsă fie printr-o stimulare directă (contact sau rece), fie de o emoţie (plăcere sau frică); în acest din urmă caz, este provocată de apariţia adrenalinei stresului.

Desigur că, într-un pat, tremurăm şi ni se ridică firele de păr numai de plăcere! Vom vedea cât de importantă era piloerecţia în eroto- logia orientală.

Vasodilataţia este creşterea în calibru a vaselor sanguine care provoacă un aflux de sânge. Este extrem de evidentă la nivelul buzelor, sânilor şi organelor sexuale; se regăseşte şi pe întreg teritoriul cutanat, difuz sau grupat. (Ciudat, dar congestia erotică este agreabilă, pe când congestia patologică a unui organ este dureroasă.)

Această vasodilataţie determină, aşadar, înroşirea zonei mângâiate care, din albă sau roză, devine stacojie. Iată de ce roşul este culoarea care simbolizează iubirea. Mai mult, zona erogenă îşi schimbă temperatura: din rece sau călduţă devine caldă. Expresiile „un sărut fierbinte", „focul iubirii" nu sunt nişte simple metafore: „ne topim de dragoste", „ardem de dorinţă", ne cuprinde „vâlvătaia pasiunii"; dacă visezi foc, flăcări sau incendiu, este semn de mare iubire, spun onirologii.

Apariţia unor secreţii este o altă manifestare a plăcerii. Suprafaţa celor mai erogene zone secretă un lichid; este cazul gurii (a saliva de poftă) şi al organelor genitale (a se topi de plăcere). Chiar şi tegumentele pot transpira (a fi tot o apă de emoţie).

Atunci când două fiinţe se întâlnesc, ele pot să simtă simpatie ori antipatie una faţă de cealaltă, se pot atrage sau respinge. Cel care ordonă este, cel mai adesea, iraţionalul; dar analiza ar putea decela aici conjuncţia dintre amintiri predeterminante şi senzaţii actuale, vizuale, auditive, olfactive şi cutanate. Căci, la suprafaţa pielii noastre au loc ciudate reacţii.

Contactul cutanat cu o altă persoană poate fi agreabil sau dezagreabil încă de la bun început. Pielea acesteia poate produce o atracţie sau o repulsie, aşa cum sarcini electrice de semne contrare se atrag, iar cele de semne identice se resping. Curentul trece sau nu trece, se spune. După părerea mea. magnetismul dintre fiinţe, această atracţie sau respingere, se situează, într-adevăr, atât la nivelul pielii, cât şi la nivelul minţii; este un fenomen psihic, dar şi un fenomen fizic. Între bărbat şi femeie, fenomenele de atracţie sunt puternice şi eminamente selective. Tactilul joacă un rol important, de alegere: un simplu contact — o uşoară atingere, o apăsare — poate fi tulburător. Totuşi, nu oricare bărbat tulbură orice femeie şi invers. Atracţia creşte în timpul

mângâierilor până acolo, încât poate fi resimțită în palme ca un fel de atracție magnetică; îndrăgostitul(a) are impresia că degetele i se lipesc de pielea celuilalt. Forțele care acționează sunt uneori atât de violente, încât, în timpul unui sărut, al unei îmbrățișări, își pot face apariția stări extatice. Iubiții, lipiți unul de celălalt așa cum pilitura se așterne pe-un magnet, nu se mai pot desprinde. HI „i-a intrat în piele"; ea, de asemenea. Căci, la nivelul pielii, se petrec realmente anumite fenomene electromagnetice, ca, de pildă, efectul Kilian. Dar să ne oprim aici, să-i lăsăm iubirii partea de mister.

Olfacția precedă pielea în atracția dintre ființe: glandele mucoase situate, printre altele, în sfera genitală și perineală produc secreții aromatice ale căror molecule evaporate fac parte din „aura" ce-l înconjoară pe individ și din farmecul pe care-l exercită. La animale, puterea de atracție a mirosurilor acționează pe mai mulți kilometri.

Pielea, și iată un aspect fundamental, are aceeași origine embrionară ca și organele simțurilor (văzul, auzul, mirosul, gustul) și sistemul nervos (nervi, măduvă, creier). Cele trei tipuri de țesuturi provin din ectoderm, cea de-a treia foiță embrionară. În virtutea acestei înrudiri originare, pielea și sistemul nervos vor interacționa îndeaproape. Fapt exprimat de o mulțime de expresii precum „a-și ieși din piele", „a nu-și mai încăpea în piele", ceea ce înseamnă, de fapt, „a sta bine cu nervii"; fapt demonstrat și de dermatozele care apar în timpul perturbărilor psihice.

Invers, orice percepție cutanată are o conotație psihică intensă. Tactilul nu înseamnă simple senzații fizice, ci și emoție, comunicare. „Prin piele simțim, iubim, urâm." Prin atingere — cu buzele și trupul —, ne stabilim prima comunicare, prima în istoria noastră personală și care va rămâne astfel de-a lungul întregii noastre vieți.

Ür CàardLdev 27

Mirosurile pielii

Pielea produce molecule odoriferante (feromonii) care provin din secrețiile eliberate de glandele sudoriparc, sebacee și apocrine, mai ales cele situate În regiunile axilară, genitală și anală. Odată eliberate, ele ajung la receptorii olfactivi din fosele nazale ale partenerului; stimulările pe care le declanșează sunt primite de o parte a creierului (rinencefalul) care este și sediul emoțiilor, memoriei și sexualității. Ceea ce înseamnă că mirosurile vor da naștere unor afecte și, în anumite contexte, unor dorințe. O aromă nu este niciodată neutră; este agreabilă sau dezagreabilă, atrage sau respinge și, în mod mai mult sau mai puțin conștient, evocă trecutul. Cel mai cunoscut exemplu este aroma faimoasei *madeleine* a lui Proust.

De altfel, a atrage sau a respinge este rolul fundamental al mirosurilor corporale; feromonii constituie adevărate semnale adresate celorlalţi. La animale, atracţia sexuală se bazează în mod fundamental pe mesajele olfactive. La oameni, rolul lor este mai discret, dar nu mai puţin important; ele continuă să ne condiţioneze atracţiile şi repulsiile, mai ales în domeniul sexual. Şi când se spune: ..IU sau ea mă atrage fizic" sau „îmi placi (ori displaci)", mirosurile sunt protagoniştii. În *Traité du plaisir*, am vorbit mai pe larg despre acest fenomen.

Pielea şi fenomenele energetice

Constatând atracţia anumitor mâini pentru o piele sau alta (şi invers) şi dintre o piele şi alta, ne gândim fără voia noastră la unele fenomene electrice sau magnetice. Totuşi, în ciuda cercetărilor mele, nu am găsit în medicina occidentală niciun studiu ştiinţific grăitor despre electricitatea sau magnetismul pielii şi al tactilului. I'rea puţinele lucrări despre diferenţele de potenţiale cutanate şi manifestările la suprafaţă ale unor activităţi electrice ale organelor profunde, precum inima sau creierul, nu explică în niciun fel fenomenul de atracţie dintre epiderme.

Dacă facem apel la medicinile orientale, găsim noţiunea nu de electricitate, ci de energie; această concepţie, deşi ezoterică, are meritul de a fi coerentă. Energia universală este marele principiu care stă la baza universului, această forţă imaterială neidentificabilă, dar decelabilă prin efectele sale. Fiecare fiinţă vie primeşte o parte din ea, energia vitală. Taoiştii chinezi o numiseră *chi,* hinduşii — *prana,* druizii celţi — „forţa odică", Fitagora — „focul central", Reich — bioenergie. Şi fără îndoială că „libidoul" lui Freud şi „elanul vital" al lui Bergson îşi au sorgintea în acest curent vital.

Energia universală ar fi sinteza dintre energiile cosmice care ne vin din spaţiu şi cele telurice pe care le iradiază Pământul. Căci Pământul care este, în proporţie de 80%, o sferă de fier posedă un câmp magnetic puternic.

În concepţia chineză, energia vitală circulă prin corp din organ în organ. Căile virtuale prin care se scurge energia se numesc meridiane, iar locurile unde aceasta poate fi contactată, puncte de acupunctură. De altfel, ştiinţa occidentală a confirmat că de-a lungul meridianelor şi în punctele de acupunctură se petrec fenomene electrice: diferenţe de potenţial mai mari intre suprafaţa şi profunzimea pielii sau între două puncte aflate la distanţă pe epidermă. Pe de altă parte, energia vitală iradiază în spaţiu în jurul corpurilor şi creează un fel de învelişuri numite aure; acesta este motivul pentru care, în jurul corpului fizic, se face deosebirea dintre un corp subtil şi unul eteric.

Sănătatea depinde de cantitatea de energie totală, de libera sa circulaţie şi de felul în care este repartizată. Boala survine atunci când circulaţia energiei nu se mai desfăşoară în mod normal sau când este blocată într-un punct; de pildă, un blocaj în zona musculară va determina un exces de energie *în situ* şi, prin urmare, o contractură. În aceste condiţii, vindecarea echivalează cu reîncârcarea rezervei

cncrgcticc sau eliberarea circulaţiei fluxurilor. Care pot fi realizate prin acupunctură, digitopunctură, shiatsu *şi* mângâiere sau masa).

În concepţia yoga, circulaţia energiei prezintă, de asemenea, nişte locuri privilegiate, numite *chakre,* în care se produc fenomene de concentrare şi de transformare energetice. Iradierea energiei formează două învelişuri în jurul corpului: primul, la cinci centimetri, se mulează după forma trupului şi constituie o rezervă externă de energie; cel de-al doilea se află la cincizeci de centimetri şi formează un oval; seamănă cu câmpul magnetic terestru şi comportă doi poli, o axă care trece prin elementele centrale ale sistemului nervos (creier, măduvă, marele nerv al membrelor inferioare) şi mai multe straturi; constituie o atmosferă de energie pe care corpul o „respiră" în permanenţă.

Pielea şi structurarea personalităţii

Dar ar trebui să mai subliniez importanţa fundamentală a tactilului, şi aş face apel la conceptul de „eu-piele". Potrivit psihanalistului Didier Anzieu, „eul" se bazează mai ales pe senzaţiile tactile. Să amintim mai întâi că, în general, aşa cum o afirma Condillac: „Nu există nimic în minte care să nu fi trecut mai întâi prin simţuri" (*Nil est în intellectu quod nou prius fuerit în sensu).* Fapt pe care l-am mai putea enunţa şi parafrazându-l pe Descartes: »Simt, deci exist". Astfel, conştiinţa este rodul senzaţiei. Iar dezvoltarea şi menţinerea vieţii noastre psihice depind de mesajele primite de la simţuri. Gândurile şi sentimentele noastre, altfel spus existenţa noastră psihică, îşi au izvorul în simţurile noastre.

Ca dovadă, dacă secţionăm toate fibrele senzitive care duc la creierul unei pisici, aceasta adoarme. Dacă nu există senzaţie, nu există nici conştiinţă. *Q.e.d.* încă o dovadă: dacă luăm nişte pui de maimuţă încă de la naştere şi ii creştem în întuneric, aceştia vor fi orbi şi, *mai mult chiar,* zona creierului care corespunde vederii (în occipital) se va atrofia. Prin urmare, constatăm că inclusiv dezvoltarea emisferelor cerebrale depinde de stimulările senzoriale. Fără nicio îndoială, eul se construieşte pe senzaţii.

Rămâne să aflăm de ce se bazează mai ales pe senzaţiile tactile. Mai întâi, pielea este singurul simţ care oferă o dublă senzaţie, pasivă şi activă, externă şi internă: dacă îmi ating fruntea cu un deget, provoc şi primesc senzaţia, îmi simt fruntea sub deget şi degetul pe frunte. Apoi, pielea este trăită ca o interfaţă care pune în contact interiorul meu cu exteriorul. În sfârşit, pielea este resimţită ca un înveliş ce îmi conţine corpul şi îl apără. Pentru toate aceste motive, pielea este simţul care îi permite cel mai bine psihismului nostru să-şi reprezinte corpul şi raporturile sale cu lumea exterioară: fiinţele, obiectele etc. Iată de ce ea rămâne, la adult, referinţa în materie de judecare a realităţii. Când, surprinşi de un eveniment, spuneţi: „Să mă ciupesc" sau »Pişcă-mă", spuneţi de fapt că, pentru a realiza existenţa unei situaţii, trebuie să treceţi prin piele.

Pulsiunea de agăţare

Strămoşii noştri, primatele, aveau blană. Or, aceasta era vitală pentru progeniturile lor şi, prin urmare, pentru specia însăşi: numai cramponându-se de blana mamei, puii puteau ajunge la mamele; şi numai astfel o puteau însoţi în deplasările ei prin copaci. Agăţarea le permitea să se hrănească, să nu cadă în ghearele prădătorilor; puii îşi datorau aceste reflexe salvatoare pulsiunii de agăţare.

Omul a devenit imberb, iar respectiva pulsiune a rămas fără obiect. Din fericire, în timp ce-şi pierdea blana, omului îi creşteau mâini şi a inventat tandreţea: atunci, mamele au început să-şi ducă odraslele în braţe pentru a le hrăni, purta şi mângâia. Ce ne-a mai

rămas din instinctul de agăţare? Un reflex, numit *grasping reflex,* care în pediatrie este folosit ca test pentru evaluarea evoluţiei mentale a bebeluşilor: intindeţi copilul pe spate şi strecuraţi-vă arătătoarele intre degetele lui; acestea se vor agăţa de indexurile dvs. şi-l veţi putea ridica pe bebeluş fără ca măcar să-l susţineţi. Sau aşezaţi-i un creion sub degetele de la picioare şi veţi vedea cum apucă obiectul cu putere.

Ne-a rămas şi această nevoie de atingere, de masare, de îmbrăţişare, ca şi cum pulsiunea de agăţare s-ar fi transformat în pulsiune de ataşare.

Extraordinara sensibilitate a mâinii

Extraordinara sensibilitate a pielii de pe mâini — şi mai ales de pe vârful degetelor — este demonstrată, dacă ar mai fi nevoie, de următoarele constatări:

• este capabilă să detecteze presiuni de 2 mg, spre deosebire de 20 mg în medic în celelalte zone ale corpului;

• este capabilă să deceleze o distanţă de 2 mm între cele două vârfuri ale unui compas, spre deosebire de cei 30 mm în medie în celelalte locuri;

• conţine aproape 135 receptori senzitivi pe cm^{1}, spre deosebire de alte părţi ale corpului, unde se află între 5 şi 50;

• suprafaţa cortexului cerebral, care corespunde pielii mâinilor, este mai mare decât ansamblul care corespunde tuturor celorlalte părţi ale corpului. Altfel spus: aria de proiecţie corticală a sensibilităţii cutanate a mâinii este la fel de mare ca totalitatea ariilor celorlalte segmente ale corpului (cu excepţia gurii). O mână face cât membrele superioare, plus trunchiul în întregime, plus membrele inferioare la un loc.

Să amintim, de asemenea, că gura (buzele, cavitatea bucală şi limba), agent la fel de important al mângâierii, este şi ca amplu reprezentată în cortexul cerebral: aria sa de proiecţie este compara-bilă cu aceea a mâinii

.De la mamă la iubită

Capitolul 1 Paradisul pierdu

*t*Of. *Gtrard Ldai* js

„Omul are întotdeauna nevoie de mângâiere şi dragoste; mama i le oferă din plin încă din clipa în care il aduce pe lume“ (Alfred de Vigny).

Cea care ne „intră sub piele”, prima şi pentru totdeauna, este mama; căci ne-a purtat în căuşul trupului ci, scăldându-ne pielea în marea ei interioară, în timp ce sângele-i ne devenea sânge; căci, mai apoi, ne-a purtat în acest nou căuş, intre braţe şi piept, cu pielea ei ce-o impregna pe-a noastră, în timp ce laptele-i ne hrănea

.Dacă această perioadă a fost mirifică, vom căuta ftră-ncetare paradisul pierdut. Dacă a fost plină de frustrări, ne vom strădui să prindem din urmă prilejul ratat, chiar dacă, aspiraţia inversându-se în aversiune, ne prefacem nişte „duri”; răniţii copilăriei care detestă mângâierile sfârşesc întotdeauna prin a se topi de tandreţe. Pentru că mama ne-a purtat în noaptea ei şi-apoi în lumină, o purtăm neîncetat în noi. Rezolvarea Oedipului nu ucide

această iubire, ci o ascunde numai în străfundurile sufletului. Şi fiindcă am stat alături, în ultima clipă a vieţii lor, de muribunzi de toate vârstele, ştiu că, în clipa morţii, rostim cu toţii acelaşi nume. „Stabat mater" sublimă, dar fiul sau fiica cu soartă neîndurătoare duce în lumea de dincolo nostalgia unei iubiri asemenea.

Căci, bărbaţi sau femei, prin piele am trăit cu mama noastră o iubire fuzională, o extatică şi deplină apropiere a trupurilor. Nu ne aducem aminte cu limpezime de niciuna dintre aceste zile; aşa cum nu păstrăm nicio amintire din zilele de ucenicie în care ea ne-a învăţat totul: nu ne-amintim nici cum ne-am ridicat pentru prima oară în picioare, nici de primul pas, nici de clipa în care am învăţat că B plus A fac BA. Totuşi, ştim să mergem, să vorbim şi să citim. Totuşi, creierul nostru cu celule încă libere de informaţie înregistra totul.

Groddeck pretinde că, dacă au fost clipe luminoase, au existat şi clipe dureroase, iar amnezia acoperă totul, din prudenţă.

Acesta este, fără îndoială, motivul pentru care nu ne mai amintim de aceste zile de beatitudine când, anxioşi, temători, avizi, tremurând de dorinţă, ne cuibăream în căldura ei. Dar romanul acesta de dragoste ne-a fost scris pe piele. Înscris în muşchi. Pielea noastră, trupul nostru au păstrat amprenta acelor zile. Şi, fără să ştim, totul în noi cheamă o altă fiinţă care să se strecoare în această amprentă. Pielea noastră — asemenea corpului nostru — este un tipar în care vrem necontenit să aşezăm căldura unui altul, unei alta. Ceva, undeva în noi cere imperios îmbrăţişarea euforică: murmurul înăbuşit al nostalgiei, strigătul stins al angoasei, urletul disperat al artelor sau al nebuniei, toate rostesc în noi mereu aceeaşi primă iubire.

O legătură atât de plină, atât de îndelungată (2 $00 de zile = 365 de zile x 7 ani, vârsta rezolvării complexului Oedip), lasă o urmă de neşters care ne influenţează comportamentul faţă de Celălalt.

Pielea, sursă de plăcere

În pântecele matern, copilul cunoaşte un paradis de căldură, de imponderabilitate, de linişte, balansat de mişcările mamei, legănat de

ritmul inimii şi sunetul glasului ei, necunoscând foamea. Expulzat, descoperă frigul, gravitaţia, agitaţia, zgomotul asurzitor, lumina orbitoare, singurătatea şi foamea. Tot atâtea senzaţii noi, dureroase şi înfricoşătoare. Dintre toate, foamea este cea mai îngrozitoare, căci se traduce printr-o stare de tensiune internă.

Şi atunci, copilul este pus la sânul mamei; de îndată, prin toate simţurile, el redescoperă paradisul pierdut. Cu trupul cuibărit intre braţele şi corpul mamei, cu faţa lipită de pieptul ei, piele lângă piele, d redescoperă

căldura şi dulceaţa de altădată. Redescoperă şi legănarea, cântul vocii şi bătăile inimii. Instinctiv, a încercat să apuce mamelonul ca să sugă. Este „cel mai primitiv gest al naturii umane" (2). În acea clipă, copilul resimte o senzaţie mai voluptuoasă decât toate celelalte: în gură i se scurge, onctuos şi cald, laptele. Dintr-odată, angoasa-i dispare şi, în curând, şi foamea; această scădere a tensiunii aduce o inefabilă stare de bine; prin piele şi buze, el tocmai a descoperit plăcerea. În acest stadiu, numit „oral", orificiul bucal este zona erogenă precumpănitoare; plăcerea este legată de excitaţia mucoaselor bucale şi centrată doar asupra lor.

La fiecare supt, de mai multe ori pe zi, luni şi luni la rând, copilul află, cuibărit în braţele mamei sale, agăţat la sânul ei, toate plăcerile vieţii: o baie de tandreţe şi satisfacţia. O atare condiţionare îi va da, pentru totdeauna, dorinţa de a simţi, pe piele şi pe buze, o altă epidermă.

Suptul nu este decât o parte a „gestului matern", una dintre desfătările pe care le oferă mama prin intermediul pielii. Există însă multe altele: legănarea care imită mişcările din imponderabilitatea vieţii uterine; baia, plăcerea supremă care reactualizează bucuriile acvatice din viaţa interioară; toaleta care este prilej pentru atâtea mângâieri şi săruturi; iar atunci când este şters, dat cu talc, înfăşat este, totodată, mişcat de mâinile mamei, mângâiat, îmbrăţişat la nesfârşit. Să nu uităm nici jocurile cu mâinile, picioarele şi gâdilăturile.

Nimic nu-i scapă copilului a cărui receptivitate la toate senzaţiile şi disponibilitate sunt imense. El percepe tot felul de stimulări: prin sensibilitatea sa cutanată (exteroceptivă), înregistrează senzaţiile tactile, termice şi presiunile; prin sensibilitatea profundă (proprio- ceptivă), resimte contracţiile muşchilor lui, deplasările articulaţiilor sale şi presiunile care se desfăşoară aici; prin sensibilitatea sa viscerală (interoceptivă), cunoaşte presiunile exercitate asupra organelor sale şi distensia lor.

El este capabil să analizeze mesajele ce-i vin de la receptori, să estimeze cât de agreabile sunt senzaţiile, sensul mişcărilor. Foarte repede, copilul ştie ce simte persoana care îl ţine în braţe şi-i recunoaşte pe cei care-l iubesc.

Mai sunt încă multe de spus despre satisfacţiile orgasmice, momentele de fericire absolută pe care le provoacă apropierea trupurilor, apropierea epidermelor. Vom căuta toată viaţa aceste voluptăţi, aceste desfătări extreme.

Legată de primele experienţe erotice orale, căldura corpului mamei face parte dintre senzaţiile plăcute. Ieşit gol, dintr-un pântece tropical pe o planetă rece, puiul de om descoperă odată cu frigul — şi foamea — ce este mai rău pe lume; cu atât mai mult cu cât sistemul lui de termoreglare, încă precar, nu-I apără prea bine împotriva frigului.

Şi puii de-abia fătaţi sunt friguroşi. Puişorii, cei de găină, de pildă, se ascund sub aripa cloştii, iar puii mamiferelor se lipesc de corpul acesteia. În lipsa mamei, puii se strâng unii într-alţii, la grămadă; dacă vrea să-i salveze, crescătorul trebuie să le ofere căldură exterioară.

Copilul jubilează atunci când descoperă, apoi redescoperă, baia de căldură din braţele materne; asociată plăcerii orale, căldura transformă trupul mamei într-un loc al tuturor desfătărilor. Iar această stare de bine i-o datorează pielii sale. Nu va putea uita vreodată binefacerile căldurii, devenită o componentă a plăcerilor trupului. Adultul caută un(o) partener(ă) cu o inimă caldă şi cu un trup a cărui căldură să-i aducă maximă plăcere. Femeia, mai ales, îi cere iubitului ei s-o 'încălzească.

Este remarcabil să constatăm cum căldura exterioară, care este o agreabilă excitare a termosensibilităţii cutanate, se adaugă vasodilataţiei, sursă de căldură internă, indusă de plăcere. Căldura

este, mai mult ca niciodată, simbolul iubirii Nemulţumindu-se să-şi „declare pasiunea înflăcărată", logodnicii vor să-şi întemeieze un „cămin".

în ansamblu, acţiunea mamei erotizează toate activităţile bebeluşului: funcţiile fundamentale de care depinde viaţa acestuia, precum mâncatul, băutul, somnul, îngrijirile cerute de igienă şi îmbrăcatul; învăţarea limbajului, a mersului şi a controlului sfinc- terian. Căci a mânca nu înseamnă numai a se hrăni, a se spăla nu înseamnă numai a se curăţa, a merge nu înseamnă numai a înainta: lotul este joc şi plăcere. Prin mamă, trupul întreg se erotizează, senzualitatea se dezvoltă, simţurile devin mai subtile. Căci în această perioadă apar sau sunt create multiplele zone erogene ale fiecăruia dintre noi.

Prin piele se învaţă iubirea

într-adevăr, relaţia dintre copil şi mamă este prototipul tuturor relaţiilor amoroase ulterioare. De primele experienţe legate de plăcere trăite în cadrul acestei relaţii privilegiate depind echilibrul caracterial şi viitorul comportament sexual. „în relaţia interperso- nală cu mama — diversele sale senzaţii —, copilul stabileşte primele relaţii şi primele comunicări... Ataşamentul intim al copilului faţă de mamă este izvorul însuşi al numeroaselor răspunsuri afective învăţate şi apoi generalizate" (3).

Iubirea se învaţă prin piele. „Mai ales prin piele am devenit nişte fiinţe capabile de iubire — căci nu din cărţi înveţi să iubeşti, ci numai fiind iubit" (4). Contactul cutanat este în acelaşi timp emoţie, comunicare, protecţie. Dar este şi o fuziune, mai mult chiar, o simbioză. Hrănirea sugarului, toaleta, culcarea lui nu sunt nişte simple îngrijiri dietetice şi igienice oferite într-o neutralitate

reciprocă. Aceste activităţi sunt puternic impregnate de eroticitate şi afectivitate. Căci acum se dezvoltă o gamă întreagă de emoţii, care ţin de plăcere, stare de bine, bucurie. „încă din primele luni de viaţă, schimbul afectiv devine mai important decât chiar activităţile nutritive, de care depinde totuşi supravieţuirea.” Mângâierile pline de afecţiune sunt atunci la fel de necesare ca şi alimentele.

De-a lungul întregii vieţi, contactele cutanate păstrează o încărcătură emoţională: „Din momentul în care contactul dintre două epiderme depăşeşte încheietura mâinii..., impactul emoţional şi afectiv este întotdeauna considerabil” (5). *A fortiori,* raporturile cutanate dintre femeie şi bărbat nu sunt nişte banale prestări de servicii materiale şi sexuale. Ci sunt pline de sentimentalitate. Pielea este un izvor de sentimente.

Sentimentele se transmit, iar contactele sunt o adevărată comunicare. Prin intermediul pielii sale, bebeluşul simte stările sufleteşti ale mamei, simte iubirea, solicitudinea acesteia, dar şi lipsa ei de tandreţe, angoasa, oboseala. Invers, mama intuieşte prin contact dacă micuţului ei ii este bine sau rău. În cazul adulţilor, nu numai orbii aud sau vorbesc prin piele. Un contact este adesea mai grăitor decât un discurs, îndeosebi între îndrăgostiţi.

Contactul înseamnă de multe ori: „Linişteşte-te, copilul meu.” Îi asigură micuţului, pe care lumea exterioară îl agresează în mii de feluri, cea mai bună protecţie; este realmente un port sigur. Copilul, asemenea puilor de maimuţă observaţi de Harlow, învaţă progresiv să se îndepărteze de acest port pentru a face o scrie de plimbări din ce în ce mai îndrăzneţe; dar, la cea mai mică neplăcere, aleargă înapoi, ca la un refugiu. Adulţii păstrează nevoia de a se arunca în braţele unei alte fiinţe umane, atunci când oboseala, grijile, decepţiile îi copleşesc, când nenorocirea îi loveşte. Bărbaţi sau femei, ne place să fim cuprinşi, luaţi în braţe de cineva în care avem încredere. Acest contact intim linişteşte şi reconfortează. Bebeluşul, dar şi iubitul(a) adorm la pieptul care-i alină, simţind u-se în siguranţă.

Uneori, contactul dintre mamă şi sugar este atât de intim, încât devine fuziune. Prin gură, prin mâini, prin întreaga suprafaţă a corpului său, bebeluşul îşi absoarbe mama. Suptul este „acest prilej unic pentru micuţ de a-şi apropria mama, în intimitate, asimi- lând-o propriei substanţe” (6). Potrivit psihanaliştilor, el trece în mod necesar printr-o „fază canibalică”. Văzând voracitatea anumitor bebeluşi, putem admite că, dincolo de foame, îi animă şi fantasma de „a-şi mânca mama”. Toţi cei care iubesc păstrează acest apetit al

buzelor şi dinţilor pentru trupul partenerului lor; şansa bărbatului este că regăseşte chiar obiectul dorinţei primare: sânul feminin. Fără îndoială, femeia îşi transpune dorinţa asupra penisului.

Mâinile se deşteaptă progresiv: mai întâi, pentru a apuca sânul; apoi, ele explorează şi strâng tot ceea ce este accesibil din trupul mamei. Tactilul primează la copil; un obiect nu devine al său decât dacă îl poate manipula. Şi totuşi, adulţii păstrează această întâietate tactilă, mai ales faţă de trupul persoanei iubite.

Acest comportament de prehensiune cu gura şi cu mâinile a îndrăgostiţilor reactivează dorinţa de fuziune a copilului, fuziune cutanată şi psihică; ei nu vor decât „să devină unul", un singur trup, un singur suflet. Coitul este speranţa supremă de unificare a celor două entităţi, tentativa extremă de fuzionare.

Într-un registru mai puţin pasional şi mai puţin metafizic, contopirea celor două epiderme echivalează cu eradicarea singurătăţii; aşa cum bebeluşul suferea atunci când era singur în leagănul său, adultul se poate simţi apăsat de singurătate. Atât în cazul unuia, cât şi al celuilalt, contactul cutanat este partea cea mai reconfortantă, cea mai „tangibilă" din relaţia în doi.

Relaţia mamă—copil nu se desfăşoară într-un singur sens, ci este o simbioză. Tot binele pe care i-l face mama, copilul i-l întoarce, într-un schimb senzual şi afectiv. Maternitatea împlineşte senzualitatea şi tandreţea femeii, îi afirmă personalitatea, îi confirmă feminitatea.

Tot în iubire îşi găseşte fiecare rolul, atât cel care mângâie, cât şi cel care este mângâiat. Cel care oferă este mai puternic prin ceea ce a oferit, iar senzualitatea i se îmbogăţeşte prin ceea ce a sădit. Semănând plăcere, culegem bucurie, dăruind mângâieri, primim tandreţe.

Dacă relaţia mamă—copil este un prototip, să fie oare, doar din această cauză, şi un model? Putem răspunde afirmativ în ceea ce priveşte participarea cutanată (mângâierile, săruturile, apropierile trupurilor), caracterul ludic al schimburilor şi altruismul mamei. Dar trebuie să ne exprimăm rezervele în privinţa aspectului fuzionai — trăit mai ales de copil — şi al egocentrismului copilului.

O relaţie amoroasă adultă ar avea numai de câştigat dacă ar fi mai autonomă şi mai altruistă. Dar aceasta-i o altă poveste.

Pe la şapte ani, rezolvarea complexului oedipian pune capăt acestei iubiri fuzionale. Copilul intră în „perioada de latenţă" a psihanaliştilor, care este „vârsta raţiunii" celor „mari". Şi-atunci, de-a lungul anilor, se va desface

tot ceea ce a fost făcut. Există un cuvânt de ordine: „nu atinge” şi, implicit, „nu simţi” (uneori, masacrul a fost înfăptuit încă din prima copilărie).

Ieşiţi dintr-o copilărie plină de tandreţe, cât trebuie să Îi se fi dat peste mâini adulţilor pentru ca ei să uite şi gustul, şi arta mângâierilor !

Capitolul 2 Nevoia de mângâieri

îi cer iubirii o atmosferă plină de căldură, mângâietoare, pe care ai mei mi-au refuzat-o.

ANDRÉ MAUROI

SLa copil, stimulările cutanate sunt esenţiale pentru dezvoltarea armonioasă a comportamentului său psihic. „Nevoia unei stimulări tactile tandre este o nevoie primară care trebuie satisfăcută pentru ca bebeluşul să se dezvolte şi să devină o fiinţă umană sănătoasă şi echilibrată” (7). Echilibrul psihic şi fizic al adultului cere aceleaşi senzaţii tactile.

Stimularea permanentă a pielii este importantă în menţinerea tonusului senzorial, motor şi afectiv. Totul se petrece ca şi când creierul ar avea nevoie de o continuă excitaţie pentru a se menţine în activitate, ca şi cum ar trebui să întreţină necontenit flacăra vieţii. Este o nevoie biologică fundamentală.

Această necesitate a creierului de a fi

permanent stimulat nu este o elucubraţie. Potrivit fiziologilor, acesta ar fi rolul unei părţi a creierului: „substanţa reticulatâ activatoare ascendentă” (S.R.A.A.); în trunchiul cerebral, tulpină a creierului, se află o substanţă reticu- lată grupată într-o coloană axială, cu multiple ramificaţii; ea centra- lizează toate stimulările venite din exterior şi din interior şi car

o menţin, astfel, în alertă. La rândul ei, le trimite altor formaţiuni cerebrale, şi mai ales cortexului şi muşchilor, mesaje; în felul acesta, sunt menţinute în activitate diferitele funcţii nervoase şi tonusul muşchilor. Fără această activare, atât unele, cât şi celelalte ar adormi. Putem spune că starea noastră normală este somnul şi că doar S.R.A.A. ne ţine treji.

Acestei nevoi fundamentale i se asociază o condiţionare: plăcerea mângâierii determină dorinţa mângâierii; la copilul mai mare şi la adult, întâlnim două situaţii: fie individul a fost satisfăcut din plin şi vrea să regăsească empireul; fie a fost frustrat şi se dovedeşte insaţiabil, ca şi cum ar vrea să recupereze tot ce a pierdut; excepţie face cazul în care s-a retras în carapacea unui „dur".

Nevoia de mângâieri este universală.

Lipsa de mângâieri la animal

În general, animalelor le plac mângâierile omului; animalele domestice — mai ales pisici şi câini — le cer. Animalele sălbatice se îmblânzesc, pentru o clipă, la atingerea unei mâini tandre. Delfinilor, de pildă, le face o deosebită plăcere să fie scărpinaţi pe spate.

Între ele, animalele se dedau unor necontenite jocuri ale pielii: adulmecări, muşcături, apropieri. Şi ce să mai spunem despre hârjo- nelile lor amoroase... Maimuţele, verii noştri, au atitudini aproape umane: sărutari, palpări, îmbrăţişări, curăţări, despăducheri, jocuri diverse care „maimuţăresc" propriile noastre comunicări tactile.

La animale, cea mai importantă stimulare cutanată este linsul. Fie că se ling pe ele insele (autolins), fie că-şi ling puii (linsul ca dovadă de dragoste).

Autolinsul nu are ca scop doar curăţirea blănii, a orificiilor naturale şi a labelor. Este mai ales o autostimulare a sistemelor vitale digestive, urinare, respiratorii, circulare, genitale şi nervoase. O experienţă realizată pe femele de şobolani gestante demonstrează că autolinsul le ajută să se pregătească pentru comportamentul matern: dacă li se aşază în jurul gâtului o zgardă care le împiedică să se lingă, ele nu vor ii capabile nici să-şi facă un cuib, nici să-şi hrănească puii: cu glandele mamare micşorate, vor fugi la apropierea nou-născuţilor.

Mama care-şi linge puii arătându-şi astfel dragostea nu îndeplineşte o simplă curăţare, aşa cum a şi demonstrat, de altfel, Ashley Montagu, ci o stimulare vitală a diferitelor funcţii. Dacă nu

este lins, eliminarea urinară şi evacuarea intestinală sunt blocate; micuţul moare.

Îngrijitorii de la grădinile zoologice şi cei care supraveghează animalele de laborator ştiu bine acest lucru, astfel încât, pentru a le permite nou-născuţilor care au fost separaţi de mamă să supravieţuiască, le gâdilă regiunile genitale şi anale şi ii mângâie.

Experienţele realizate de Harlow pe maimuţe sunt dintre cele mai grăitoare. El a aşezat, la capătul unei cuşti, un manechin-maimuţă făcut din sârme, dar acoperit cu o ţesătură groasă de lână şi încălzit de o lampă electrică. La celălalt capăt, a plasat un alt manechin făcut tot din sârme, dar neîncălzit şi neacoperit de nimic. La mijloc, a lăsat un pui de maimuţă.

În cadrul unei prime experienţe, manechinul acoperit cu lână a fost dotat cu un biberon cu distribuire automată: s-a observat că puiul petrecea în preajma lui 18 ore din 24; şi nu stătea nici măcar o clipă lângă manechinul ncacoperit. Într-o a doua experienţă, biberonul a fost amplasat pe manechinul neacoperit; puiul petrecea doar o oră în apropierea acestuia, lângă cel acoperit de lână rămânând de la şapte la şaisprezece ore.

Funcţia maternă nu se reduce, aşadar, la dimensiunea sa alimentară; funcţia constă şi în oferirea unui contact fizic agreabil. Suptul asigură nu doar un rol nutritiv, ci şi un rol afectiv, aşa cum susţine Harlow, care extrapolează la fiinţele umane: „Desigur, omul nu trăieşte doar cu lapte". Da, trăieşte şi din contacte pline de căldură, afectuoase, tandre. Acesta este „laptele tandreţii".

În cadrul altor experienţe, Harlow nu aşază în cuşcă decât manechine neacoperite. Atunci, micuţii se ghemuiesc şi se lasă într-o stare de prostraţie din care nu ies decât pentru a-şi suge frenetic degetul mare de la mâini şi degetele de la picioare ori pentru a se legăna încontinuu. Devin agresivi şi se automutilează.

Mai târziu, aceşti orfani vor avea nişte comportamente sociale şi sexuale perturbate: în prezenţa congenerilor, se dovedesc inapţi să se joace şi evită contactele; dacă se găsesc în preajma masculilor, maimuţele-femele nu se aşază în poziţie copulatorie. După ce fată, ele nu-şi asumă rolul de mamă şi rămân indiferente faţă de puii lor.

Aceste perturbări sunt mai puţin grave sau vor dispărea cu totul dacă, o oră pe zi, în cuşca puilor orfani sunt introduşi alţi pui. „Linsul — sau echivalenţii lui sub alte forme de plăcere — este unul dintre factorii care concură la formarea aptitudinii de a iubi" (8).

Alţi experimentatori care s-au ocupat de şobolani au demonstrat că animalele mângâiate sunt destinse, calme, agile, încrezătoare şi chiar îndrăzneţe; învaţă mai repede şi mai bine, creşterea lor este mai rapidă, rezistenţa la infecţii, mai mare, iar creierul, mai greu. Dimpotrivă, şobolanii care au primit un minim de îngrijiri, într-o strictă indiferenţă, sunt tensionaţi, agitaţi, rigizi, temători şi agresivi.

Nevoia de mângâieri la copil

Nevoia de contacte corporale este la fel de irepresibilă şi de fundamentală ca şi foamea, setea şi somnul. Pentru o dezvoltare deplină a trupului şi minţii şi pentru obţinerea unei vitalităţi optime, copilul are nevoie de stimulări cutanate. Lângă trupul mamei sale, el primeşte maximum de contacte: în braţele ei, îi percepe căldura, blândeţea, vibraţiile, este legănat, mângâiat, alintat, îmbrăţişat; la pieptul ei, pe lângă senzaţiile orale, beneficiază de stimulări perio- rale ale feţei, nasului, bărbiei.

Numeroase observaţii demonstrează că lipsa de contacte corporale dăunează sănătăţii, creşterii şi dezvoltării psihomotorii ale copilului.

La bebeluşii născuţi prematur şi aşezaţi în incubator, privarea senzorială este evidentă; izolarea nu le permite decât un minim de stimulări tactile şi afective. Dezvoltarea le este astfel mult îngreunată. Dacă li se asigură un maxim de mângâieri,

rezultatul este grăitor: copiii plâng mai puţin, iau mai repede în greutate, cresc mai rapid şi sunt mai vioi.

În orfelinatele americane, până la începutul secolului trecut, 90% dintre copii mureau înainte de a împlini un an, prăpădindu-se încetul cu încetul. Totuşi, erau hrăniţi şi îngrijiţi în mod ireproşabil. Medicii şi-au dat seama că mureau din lipsă de iubire: asistentelor li s-a recomandat să aibă grijă de ei ca de propriii lor copii. Mortalitatea a scăzut la 10%.

În spitalele în care sunt internaţi multă vreme sau în orfelinate, copiii prezintă întârzieri în creştere şi dezvoltare psihomo- torie; au pielea moale şi palidă; comportamentul lor este bizar: refuză contactul, când sunt luaţi în braţe, rămân rigizi, nu sunt deloc drăgăstoşi; îşi sug degetul mare şi se leagănă. Ceea ce le lipseşte este acel minim de mângâieri fără de care o fiinţă umană nu se poate dezvolta pe deplin.

Copiii hrăniţi la sân timp de şase luni au o dezvoltare psihică şi fizică superioară celor hrăniţi cu biberonul: testele de creştere scot în evidenţă nişte rezultate mai performante; rezistenţa la boli este mai mare, învaţă mai repede să vorbească şi să meargă.

Aceste rezultate nu depind doar de o alimentaţie echilibrată, ci şi de mediul tactil, afectiv şi atât de liniştitor al suptului.

Copilul nemângâiat

Am văzut cazul micuţilor frustraţi de mângâieri prin absenţa părinţilor lor şi, mai ales, cea a mamei Din nefericire, un copil poate trăi intre mamă şi tată fără ca, astfel, să beneficieze de toată afecţiunea de care are nevoie. Căci există mame imature, anxioase sau egoiste, care nu oferă necesarele contacte, prelungi şi pline de căldură, cărora nu le place cu-adevărat să-şi hrănească odraslele, să le mângâie, să le scalde, să le înfăşeze, să le legene. Există şi mame care nu au timp. Plăcerea fiind indispensabilă dezvoltării armonioase a copilului, lipsa acesteia va fi în mod dureros resimţită.

Pentru a-şi alina suferinţa, copilul va apela la substituţii unor mângâieri: îşi va suge policele sau un obiect oarecare, se va scobi în nas, se va juca cu vreo şuviţă de păr, va strânge în braţe o păpuşă sau o pernă, se va legăna.

Copilul îşi poate exprima suferinţa şi în limbajul corpului, aşa cum a demonstrat, primul, Spitz: colicile, vomitările, astmul, eczema sunt adesea nişte manifestări psihosomatice.

Şi pentru că absenţa mângâierilor — ale pielii, dar şi ale sufletului — l-a transformat într-un „ecorşeu” nesigur (căci mângâierea este semn de afecţiune şi gaj de siguranţă), copilul va trebui să-şi creeze o carapace şi să devină nesimţitor, dacă vrea să nu mai sufere. Din acel moment, acest „dur” nu va mai putea suporta mângâierile: iar când va veni timpul iubirii, nu va mai şti nici să ofere, dar nici să primească tandreţe.

Aceşti copilaşi „care nu se simt bine-n pielea lor” au cu propriul corp relaţii dificile: mersul le este rigid, greoi, gesturile le sunt parcimonioase, lipsite de graţie, neadaptate; sunt neîndemânatici.

Relaţia lor cu celălalt nu este deloc mai bună: grosolani, sunt lipsiţi de tact; neîndemânatici, îşi verbalizează cu greu emoţiile; taciturni, evită dialogul; stângaci şi nefireşti, se încurcă în gesturile simple ale afecţiunii, ca, de pildă, atunci când trebuie să-l ia de mână sau să-l îmbrăţişeze pe celălalt.

Oricât de mult i-am sfătui pe părinţi să le ofere propriilor copii cât mai multe contacte tandre, niciodată nu va fi îndeajuns: la început, este necesar să fie alungată amintirea violenţei naşterii, aşa cum recomanda insistent Frédéric le Boyer; apoi, trebuie să li se asigure o alăptare care să dureze cât mai mult cu putinţă şi o apropiere a trupurilor goale (hainele diminuează senzaţiile tactile), să li se ofere masaje cu ajutorul frumoasei cărţi *Shantala,* să fie plimbaţi nu într-un cărucior, ci într-un port-bebe pe care părinţii să-l ducă la piept sau pe spate, aşa cum se-ntâmplă la popoarele primitive.

Viitorul copiilor noştri, viitorul civilizaţiei noastre depind de toate acestea. Căci toţi sadicii şi torţionarii sunt nişte nemângâiaţi.

Adultul nemângâiat

Adultul suferă din cauza frustrărilor de odinioară, ale căror efecte se perpetuează, şi le îndură şi pe cele ale prezentului dacă iubitul(a) nu-l mângâie. Ca o reacţie la aceste privaţiuni, el poate, asemenea copilului, să recurgă la paliative sau să-şi exprime suferinţa în limbajul trupului.

Paliativele sunt băile în care-şi petrece mai mult timp decât este necesar pentru a se spăla, căci astfel poate prelungi suava învăluire a apei calde (mai mult, această imersiune reactualizează, în străfundurile memoriei sale, viaţa intrauterină şi îmbăierile copilăriei); scăldatul în apa mării şi expunerile la

soare joacă acelaşi rol; pasiunea contemporanilor noştri pentru dezmierdările marine sau solare traduce, fără îndoială, asprimea vieţii şi o carenţă în tandreţe; la fel, animalele de casă adoptate în număr tot mai mare reprezintă nişte înlocuitori pentru mângâierea şi căldura omenească.

În sfârşit, în multe cazuri, recursul la medici sau la îngrijirile kinetoterapeuţilor nu este străin de nesatisfacerea nevoilor tactile.

Df.CfffIfdWfu 51

Când inconştientul hotărăşte să sornatizeze anxietatea de frustrare afectivă, o face adesea la nivelul pielii: diversele tipuri de prurit, urticarii, eczeme, acnee, psoriazis, cădere a părului sunt cele mai obişnuite manifestări. Leziunile pruriginoase pot fi interpretate ca un strigăt violent al pielii — dorinţa iese la suprafaţa epidermei —, o nevoie de iubire reprimată sau o cerere de a fi atins. Această plângere nu va mai putea fi respinsă; subiectul, incapabil să mai reziste, se scarpină sau se duce la medic, reuşind astfel să obţină atingerea şi stimularea agreabilă căutată. Căci scărpinatul este o plăcere universală, iar animalele il practică chiar şi atunci când nu au purici! Potrivit lui (îroddeck, iată cum trebuie să înţelegem o eczemă: „Uită-te cât de mult îşi doreşte pielea mea să fie uşor dezmierdată! Ce minunată desfătare să fii de-abia atins, dar pe mine nimeni nu mă mângâie. Inţelege-mă, vino-mi în ajutor! Cum aş putea să-mi exprim mai bine dorinţa dacă nu prin chinurile la care mă supun!" (9)

Simbolistica bolilor de piele conţine şi alte mesaje, fiind extrem de bine studiată, la copii, de Spitz.

Lacombe, citat de Bour, a prezentat cazul unei femei, victimă a unei căsătorii de convenienţă în urma căreia se alesese cu un prurit. Acest „protest cutanat" se adresa mamei sale care nu o protejase şi soţului ei. Starea i s-a îmbunătăţit atunci când nefericita a primit un câine pe care l-a copleşit cu mângâieri; şi s-a vindecat în ziua în care şi-a pus mâinile pe pielea de pe biroul analistului ei, stabilind astfel un contact indirect cu mâna medicului.

Anxietatea determinată sau agravată de insatisfacţie tactilă sau afectivă poate provoca o seric de contracturi musculare dureroase, mai ales la nivelul muşchilor vertebrali dorsali. Multe cervicalgii, dorsalgii sau lombalgii, considerate pe nedrept reumatisme sau nevralgii, nu sunt altceva decât dureri spastice

cauzate de carenţele în mângâieri.Şi viscerele pot cristaliza nemulţumirile cronice: astmul, gastrita, dischinezia biliară, colita, „colibaciloza”, durerile de ovare sau de uter corespund unor spasme sau unor congestii ale unor organe, susceptibile să apară la oamenii privaţi de mângâieri. Şi câte femei suferind de „migrene” nu sunt victimele unui bărbat incapabil de tandreţe! Şi câţi suferinzi de ulcer nu sunt martirii unor femei ursuze sau egoiste!

Regăsim aici întreg cortegiul maladiilor psihosomatice, atât de bine studiate de către Freud, Groddeck şi Balint. Lipsa mângâierilor, expresie a absenţei sau a puţinătăţii iubirii primite, dă naştere anxietăţii. Iar de la anxietate la nevroza de organ nu este decât un pas, pe care unii indivizi, „funcţionalii”, aleg să-l facă.

Iar în atitudinea fizică şi comportamentul acestor adulţi nemângâiaţi regăsim aceleaşi rezerve, rigidităţi şi neîndemânări care de-abia se conturau la copil şi care ating o culme la anumiţi „flăcăi tomnatici” sau „fete bătrâne” ori la partenerii morocănoşi sau la soţii posaci.

În relaţia dintre femeie şi bărbat, în stadiul ei intim şi ultim, sexualitatea, pielea îşi are propriul rol, pe intreaga-i suprafaţă, în toate nuanţele şi gradele sensibilităţii sale. Jocuri ale dragostei, jocuri ale pielii.

Este, prin urmare, previzibil că aceia care sunt, din cauza copilăriei, nişte răniţi ai pielii vor prezenta anumite tulburări ale senzualităţii.

De la anorexie...

Celor care suferă de anorexia pielii nu le place nici să dea, nici să primească mângâieri, nefiind prea generoşi cu trupul lor. Nu putem oferi ceea ce nu am primit.

Fiind legănaţi, îmbrăţişaţi, mângâiaţi, învăţăm să răsfăţăm, îmbrăţişăm, mângâiem. Faptul de a fi fost hrăniţi cu tandreţe, ţinuţi cu căldură în braţe, scăldaţi cu veselie induce un comportament sexual plin de dăruire, împlinit. Invers, parcimonia manipulărilor, răceala
Of Cerorú Lrifii a
lor, perceperea de către bebeluş a unor masaje dezagreabile, care ii creează o stare de nesiguranţă, dau naştere unei activităţi sexuale lipsite de imaginaţie, de expansivitate, de căldură. Mulţi oameni refuză intru totul mângâierile pentru că au fost crescuţi cu duritate.

... la bulimie

Lowen a demonstrat că acel copil ale cărui trebuinţe de contacte nu au fost satisfăcute în perioada preverbală, pentru ca, mai apoi, să-i fie reprimate în cea de-a doua copilărie va simţi o nevoie excesivă de a fi luat în braţe şi dezmierdat; adult, el nu se va sătura niciodată de mângâieri şi se va simţi angoasat dacă le va vedea încetând.

Multe femei care au suferit de o carenţă de tandreţe tactilă în copilărie se dedau unor ncinfrânate căutări de activităţi sexuale şi rămân mereu nesatisfăcute, victime nu ale unei hipertrofii a dorinţei sexuale, nici ale nimfomaniei, ci ale unei enorme frustrări de stimuli tactili. !şi caută "înnebunite propriul trup.

Binefacerile mângâierilor

Instinctiv, cunoaştem binefacerile contactului mâinii cu trupul şi, într-un sens mai larg, ale contactelor dintre epiderme. Mama este aceea care îşi pune mâna pe burtica micuţului suferind de colică ori care-l sărută pe locul unde s-a lovit sau ars. Tot mama este aceea care-şi alintă în braţe copilul algic sau anxios. Da. mama alungă dureri şi temeri cu propria-i piele — cea a mâinilor, a gurii sau a întregului ei corp.

Adulţi fiind, recurgem încă la această formă de liniştire. Căci medicul sau prietenul(a) il calmează pe cel care suferă, se întristează sau este cuprins de angoasă, îi aduce alinare cu mâna-i compătimitoare şi reconfortantă: o mână care atinge, care strânge, braţe care cuprind sau chiar aduc la piept.

Din păcate, aceste practici sunt din ce în ce mai rare. Pe de o parte, aşa cum vom vedea mai încolo, tactilul este un simţ dat uitării şi un mod de schimb din ce în ce mai neglijat. Pe de altă parte, recursul la medicamente, din uşurinţă şi „tehnicizare" a comportamentelor noastre, este aproape automat. Dureri = pastile antal- gice; anxietate = tranchilizante; contracturi = pastile miorelaxante etc. Iar dacă, în loc să ne aruncăm asupra cutiei cu pilule sau să ne grăbim spre medic pentru cea mai mică bubă, ne-am atinge, ne-am dezmierda, ne-am masa? Ce economie de medicamente am face! Ce de bani ar mai economisi Asigurările de Sănătate!

Să vedem acum, la nivelul diverselor aparate, care sunt efectele benefice ale mângâierilor şi masajelor.

Efecte la nivelul pielii

- Contactul tactil activează circulaţia. Se produce o vasodilataţie a arteriolelor şi capilarelor, care determină un aflux de sânge proaspăt şi, prin urmare, de oxigen şi de substanţe nutritive. De asemenea, se produce şi un drenaj al venelor, care duce la o ameliorare a circulaţiei de întoarcere şi, prin urmare, la o evacuare a toxinelor (uree, acid uric, acid lactic, CO' etc.).
- Contactul tactil activează schimburile dintre vasele de sânge, mediul interstiţial şi celule, schimburi care au rol în aportu- rile nutritive şi eliminarea toxinelor.

Prin aceste două acţiuni, contactul tactil determină o piele mai fermă.
Dr CfoniWtt $5
Contactul tactil stimulează producerea de anticorpi de către celulele mastocite, fapt care sporește apărările organismului (imunitatea) împotriva microbilor.
Contactul tactil ameliorează bolile de piele, mai ales eczema, urticaria, psoriazisul. Ceea ce nu este de mirare când ştim ce legătură există intre aceste maladii şi anxietate şi cât de mult se calmează „nervii" la contact Cât despre legăturile strânse dintre psihism şi piele, ele se explică prin originile embriolo- gice comune şi rolul epidermei în structurarea eului.

Efecte la nivelul muşchilor

- Contactul tactil activează circulaţia, ceea ce are aceleaşi efecte favorabile ca la nivelul pielii.

tn mod special, contactul tactil destinde contracturile muşchilor striaţi scheletici (muşchii coapselor, ai spatelui, ai gâtului etc.). Mult prea repede, aceste

lombalgii, dorsalgii sau cervicalgii sunt considerate drept reumatism sau artroză. Contactul tactil destinde şi spasmele muşchilor netezi ai viscerelor (stomac, vezică biliară, colon, uter, trompe etc.). Aceste contracturi şi aceste spasme constituie substratul maladiilor psihosomatice (numite şi funcţionale), care nu sunt altceva decât proiectarea

tulburărilor noastre psihice asupra corpului. Prin tulburări psihice înţeleg anxietate, angoasă, teamă, frică, agresivitate reţinută, tristeţe nemanifestată, plăcere reprimată, toate emoţiile noastre care nu şi-au găsit exprimarea. Tot acest „ne-spus” care se naşte din relaţii în care suferim fără să protestăm, în care conflictele rămân în stare larvară: între

copii şi părinţi, între membrii unui cuplu, între angajaţi şi angajatori etc. Pe termen lung, maladiile funcţionale vor deveni organice, structura şi nu doar funcţia organelor va f

iafectată, spasmul de stomac se va transforma în ulcer, spasmul de intestin în colită etc.

Cum acţionează contactul tactil asupra muşchilor? Potrivit principiilor reflexoterapiei, printr-o acţiune reflexă. Arcul reflex urmează această schemă: stimulare a pielii excitare a unui receptor senzitiv cutanat influx nervos centripet centri nervoşi (măduvă sau creier) influx nervos centrifug-* fibre musculare. Această acţiune reflexă este însoţită de eliminarea acidului lactic, factor de contracturi, prin ameliorarea circulaţiei locale şi efectul miorelaxant al endorfinelor secretate cu prilejul acestei experienţe plăcute.

Efecte la nivelul circulaţiei

- Contactul tactil ameliorează circulaţia arterială şi determină diminuarea excesului de tensiune arterială legată de nervozitate şi de stres.
- Contactul tactil ameliorează circulaţia venoasă de întoarcere, mai ales atunci când masajele şi mângâierile urcă dinspre extremităţile membrelor spre inimă.
- Contactul tactil ameliorează funcţionarea inimii; ii încetineşte ritmul, previne extrasistolele şi spasmele coronariene legate de stres şi anxietate.
- Contactul tactil ameliorează circulaţia în toate ţesuturile, exact ca în cazul pielii şi al muşchilor.

Efecte la nivelul respiraţiei

Puţini oameni ştiu să respire liber. Cel mai adesea, respiraţia noastră rămâne superficială, ca şi cum ar fi limitată, blocată. Şi,

de fapt, muşchii noştri respiratorii sunt în contractură cronică: inspiraţia, care cere o contracţie amplă a muşchilor inspiratori, este limitată, căci aceşti muşchi sunt rigizi; expiraţia, care cere o relaxare perfectă a aceloraşi muşchi, nu poate fi completă, căci rigiditatea musculară i se opune.

Stresul, prin faptul că ne face să ne apărăm, reprimarea emoţiilor, prin crearea unei stări de tensiune, ne reduc mişcările respiratorii: ne ţinem răsuflarea. Şi pentru că au tot fost contractaţi, muşchii noştri respiratorii se rigidizează, iar toracele se blochează. Ne-ar plăcea să „răsuflăm", dar nu mai ştim cum. Atunci, nu ne mai oxigenam bine şi nu eliminăm aşa cum ar trebui bioxidul de carbon. Ne asfixiem încetul cu Încetul.

Destinzând nervii, contactul tactil relaxează muşchii şi permite o mai bună respiraţie. Amplitudinea inspiraţiei, ca şi aceea a expiraţiei, creşte, oxigenul intră din abundenţă, bioxidul de carbon este bine eliminat. Nu ezitaţi să-i asociaţi acestui

fenomen un altul: în timp ce sunteţi mângâiaţi sau vi se face un masaj, respiraţi profund, calm, pe gură şi cu abdomenul.

Să afirmi că mângâierile sunt benefice bolilor respiratorii nu sunt, prin urmare, nişte vorbe în vânt. Am văzut pacienţi bolnavi de astm a căror stare s-a ameliorat atunci când tandreţea se putea exprima în cuplu. În această patologie se ascunde extrem de multă angoasă. Iar atunci când survine criza de astm, este foarte important să asociezi tratamentului cuvinte şi gesturi liniştitoare. Mai ales la copil, căci, dincolo de criză, există mult prea multă panică.

Efecte asupra oboselii

După o şedinţă de mângâieri sau de masaje, cu condiţia ca ea să fi durat un anumit timp şi să fi fost realizată cu seriozitate, ne simţim odihniţi ca după o noapte de somn bun. Contactul tactil acţionează, prin urmare, împotriva oboselii.

Fără îndoială, lucrul accsta are legătură cu reechilibrarea energetică. Mângâierea, ca şi masajul, constituie un aport de energie exterioară şi eliberează energiile blocate. Dintr-o dată, circulaţia şi repartiţia forţelor vitale se ameliorează. Căci, prin atingere, se acţionează asupra punctelor energetice (punctele de acupunctură, *chakra)* şi canalelor energetice (meridiane etc.).

Acţiunea ce alungă oboseala ţine şi de ameliorarea funcţiilor respiratorii şi circulatorii care determină o mai bună oxigenare şi epurare a ţesuturilor. Acţiunea împotriva oboselii poate fi legată şi de destinderea nervoasă; obositor nu este volumul de muncă, ci felul în care aceasta este depusă: dacă suntem crispaţi, anxioşi, dacă ne este teamă, dacă acţionăm cu strângere de inimă, pierdem multă energie. În sfârşit, endorfinele care însoţesc plăcerea înlătură senzaţia de oboseală.

Efecte asupra plăcerii

Mângâierile, ca şi masajele, creează o stare de plăcere, de bine, chiar euforică. Or, plăcerea nu este o simplă impresie subiectivă; este un fenomen biologic şi psihologic fundamental.

Plăcerea este o realitate biologică: îşi are propriii centri în creier şi moleculele specifice, într-atât încât putem vorbi despre funcţia hedonică aşa cum vorbim despre funcţia circulatorie sau funcţia respiratorie. Centrele plăcerii sunt situate în paleocortex (sistemul limbic fiind totodată şi centrul emoţiilor) şi creierul mijlociu (hipo- talamusul). Aceşti centri secretă neurotransmiţători, ca dopamina şi serotonina, substanţe care rămân în creier, şi neurohormoni, ca endorfinele şi encefalinele care trec în sânge.

Orice activitate agreabilă, orice plăcere sunt însoţite de eliberarea unor neurotransmiţători şi neurohormoni şi, mai ales, a unor endor- fine. Astfel, aceste substanţe formează substratul chimic al unor stări
Of C/rardW» S9
atât de diferite precum plăcerea gurmandului, beţia sportivului, beatitudinea amanţilor, euforia muzicianului, extazul misticului: o cremă de ciocolată, un footing, un orgasm, un adagio, dar şi o contemplare sunt însoţite de o creştere a nivelului endorfinelor.

O secvenţă de mângâieri sau de masaje poate duce la o stare de bine, ba chiar o juisare, care echivalează cu aceea creată de alte stimulări senzuale şi, în domeniul sexualităţii, cu cea a orgasmului; e mai puţin acută, dar durează mai mult şi e mai amplă. Aduce aceeaşi energie, ridicând totodată şi nivelul de conştiinţă.

Plăcerea este un fenomen psihologic capital tocmai prin intermediul neurotransmiţătorilor şi neurohormonilor ale căror efecte sunt remarcabile; aceste substanţe sunt:

- analgezice;
- tranchilizante;
- antistres;
- antiagresivitate;
- psihostimulatoare.

Datorită tuturor acestor capacităţi, plăcerea joacă în viaţa oamenilor un rol aproape metafizic. Ne permite să ne asumăm existenţa: mediul în care trăim încă de la naştere este uneori ostil, comportă atâtea ameninţări, provoacă atâta stres, neplăceri şi suferinţe, încât suntem nevoiţi ca, de-a lungul vieţii, să căutăm mijloacele de a alina aceste condiţii nu tocmai prielnice. Nu putem supravieţui decât dacă, în fiecare zi, găsim aceste mijloace. Plăcerea este cea mai naturală dintre ele, acesta fiind motivul pentru care o căutăm în toate activităţile noastre: când mâncăm, dansăm, cântăm, ne rugăm etc. Plăcerea alină angoasa existenţială, calmează anxietatea creată de unele împrejurări, anesteziază durerea şi recompensează eforturile. Plăcerea nu este o parte „lăturalnică" a vieţii, îi este chiar forţă motrice. Speranţa satisfacţiei ne face să trăim, obţinerea plăcerii dă un nou sens contractului vital. Fără plăcere, viaţa nu ar fi decât un nesfârşit calvar.

Efecte asupra psihicului

- Contactul tactil are un efect sedativ. Îi calmează pe cei nervoşi, îi linişteşte pe stresaţi. Poate chiar să favorizeze somnul. Este un bun hipnogen.
- Contactul tactil este anxiolitic: reduce anxietatea şi este un excelent tranchilizant.
- Contactul tactil este timoanaleptic: stimulează buna dispoziţie, redă bucuria de a trăi şi augmentează energia psihică. Este un antidcprcsiv.

Dar cum se explică aceste minunate efecte? Biologia îşi are rolul ei prin intermediul substanţelor plăcerii: efectele benefice ale mângâierilor se combină cu cele ale endorfinelor. Psihologia are şi ea un cuvânt de spus: dezmierdarea înseamnă

singurătate alungată; mai mult chiar decât actul sexual, căci în timpul împreunării, atunci când aceasta nu este decât o căutare egoistă a plăcerii, ne putem simţi singuri. Mângâierea este mai generoasă, mai capabilă de dăruire (cu excepţia cazului în care nu este decât o tactică pentru „a cuceri cetatea”). Iată de ce

„mângâierea de dragul mângâierii”, oferită fără intenţia de a merge până la capăt, are o atât de mare valoare. Mai mult, dezmierdarea introduce un adevărat dialog; căci, modalitate nonverbală de comunicare, ea este un limbaj: mâna care mângâie îşi rosteşte senzualitatea,

ascultă reacţiile pielii pe care o atinge, ale întregii fiinţe de care se apropie; îi resimte abandonul, emoţia, plăcerea, mărturisirile. Pielea care primeşte percepe ceea ce spune mâna şi-i răspunde. Este un adevărat dialog, căci dacă verbul ne poate înşela, iar plăcerea sexelor ne poate orbi, în schimb, pielea n-are cum să mintă.

Cel care primeşte, dar şi cel care dă percep cu maximă acuitate gradul de tandreţe şi de senzualitate al celuilalt. Şi, oricât de priceput ar fi cel care mângâie, dacă nu se implică, indiferenţa ii va fi descoperită, iar gestul îşi va pierde din putere. Mângâierea ne trădează adevărata fiinţă.

Capitolul 3 Ce spun femeile

De obicei, schimburile corporale se axează pe raportul sexual şi, în cele mai bune condiţii, se împart în trei faze: preludii, coit, postludii. Femeile au multe de spus despre fiecare dintre aceste

faze. Şi merg chiar mai departe: pun sub semnul întrebării obişnuita desfăşurare a relaţiei.

„Cei mai mulţi dintre bărbaţii cu care m-am culcat n-au nici cea mai mică idee despre dorinţele, despre nevoile mele şi nici nu-ncearcă să afle. Se urcă pe mine şi, dintr-odată, nu mai sunt importantă. Ca şi cum nici n-aş fi acolo. Unii, puţini, care vor să-mi ofere plăcere, o fac după mintea lor. Nu ţin cont de reacţiile sau sugestiile mele. Nu par să priceapă că ceea ce-i face pe ei să juiseze nu-mi provoacă în mod obligatoriu orgasm."

În timpul consultaţiilor care sunt, prin natura lor, confidenţiale, aud mereu aceleaşi doleanţe. Multe femei sunt revoltate de egoismul bărbaţilor cărora nu le pasă de adevăratele nevoi ale partenerei; nu se mai chinuiesc cu niciun preludiu şi trec direct la sex. Acestei apropieri grosolane îi urmează un act mecanic şi autoritar. Căci nu numai

Or. Orari Ufcu 6}

că bărbaţii sunt lipsiţi de romantism, ci vor şi să controleze totul. În realitate, sub pretextul virilităţii, bărbaţii nu se gândesc decât la propria lor plăcere.

Ele visează adevărate preludii...

Dezmierdările de la început constituie unul dintre cele mai desfătătoare momente ale iubirii. Femeile se plâng că, prea adesea, bărbaţii le frustrează de preludii. Pentru unii, pe cât de stupizi, pe atât de egoişti, este un timp pierdut; pentru cei bine crescuţi, o formă de politeţe obligatorie; pentru tradiţionalişti, o formalitate în faţa căreia trebuie să se resemneze; pentru cei lipsiţi de scrupule, o tactică prin care-şi pot atinge scopul.

Preludiul ar trebui să fie timpul săruturilor şi mângâierilor. Săruturi cu care s-ar delecta pline de "încântare gurile îngemănate; săruturi jucăuşe sau tandre pe obraji, pleoape, tâmple, braţe, mâini, pe întreg trupul. Mângâieri excitante sau liniştitoare pe faţă, bust, spate, membre, peste tot. Ar trebui să rătăcim ore şi ore pe toată suprafaţa pielii, atingând în treacăt punctele sensibile, concen- trându-ne asupra anumitor zone pentru a le extrage chintesenţa. Ar trebui să ne oprim, să vorbim, să rădem şi s-o luăm iar de la capăt. Zonele genitale vor fi, desigur, vizate, dar e necesar să ştim să dăm un răgaz stimulării lor, pentru ca dorinţa de nestăpânit a împreunării să nu apară, scurtând astfel prematur jocurile preliminare.

... şi adevărate postludii

Femeile visează la postludii în care mângâierile sunt nesfârşite, în care schimbul continuă la infinit în braţele unui bărbat încă treaz.

Pe scurt, işi doresc postludii care să n-aibă capăt. Dezamăgite, ele constată că nu mai sunt, atunci, decât asemenea cojii unei portocale, aruncată după ce-a fost stoarsă. Orgasmul bărbatului e finalul petrecerii: epuizat, mulţumit, adoarme; sau se îndepărtează şi fumează o ţigară; sau, mai rău, se ridică din pat ca să se spele ori... să plece!

„Plăcerea supremă a trecut ca un tăvălug. Acum plutim uşor pe spate. Apa este caldă. Ne luăm de mâini, lăsându-ne în voia ei. Şi nu există clipe mai minunate. Eliberată de dorinţă — căci, uneori, dorinţa este apăsătoare —, mă simt mai generoasă, mai deschisă; îi ascult cu mai multă atenţie, ¡1 înţeleg mai bine. Pot să-l mângâi acum «de plăcere». Nu mai avem vreun scop de-atins. Ne-am «scuturat», dacă pot spune astfel. Suntem noi înşine. Suntem acolo amândoi, căci ne simţim bine impreună. Iar dacă el mă mângâie, atunci «sunt în al nouălea cer»; căci a avut orgasm şi mă mângâie numai pentru că mă iubeşte, pentru că îmi iubeşte trupul. Şi nu doar propria-i dorinţă. Doamne, ce bine e atunci când ţine mult! Un bărbat şi o femeie care plutesc impreună, comunică, se ating din tandreţe. De-abia acum suntem doar o singură fiinţă. Şi nu atunci când plăcerea ne invadează; plăcerea-i mincinoasă. Mâna lui, în această clipă, îmi spune adevărul: mă iubeşte, pe mine, femeia lui, femeia."

Obsesia coitului

Bărbatul neglijează mângâierile pentru că este centrat pe coit. Chinuit de pruritul său, concentrându-se asupra erecţiei sale, aleargă cu înflăcărare spre orgasm, uşurarea lui. Căznit de dorinţă, o ia pe autostrada iubirii şi ignoră căile tandreţii şi paradisul dezmierdărilor.

Pulsiunea sa determină obsesia masculină a coitului, iar această obsesie îl lasă pe bărbat fără pic de imaginaţie. Relaţia sexuală nu mai arc atunci decât un obiectiv imuabil: împreunarea. Este un proces impus de bărbat, dar care alungă intru totul dorinţele sexuale feminine. Totuşi, bărbatul are la fel de mult de pierdut ca şi femeia.

Biciuit de această perspectivă, nerăbdător, bărbatul aleargă spre ţelul său, trecând în goană peste mângâieri. Survin coitul şi irepresi- bila ejaculare: Înfocatul cavaler se prăbuşeşte; este punctul final; s-a terminat cu mângâierile şi tandreţea. Şi, astfel, majoritatea regăsirilor i.ipătă alura unor scurte întâlniri.

Să reduci relaţia sexuală la coit înseamnă să-ţi dispreţuieşti trupul şi să-l dispreţuieşti şi pe al celuilalt. Neglijând împlinirea tuturor nuanţelor sensibilităţii lor, bărbaţii condamnă femeile la o subdezvoltare a senzualităţii acestora, diluând toate senzaţiile erotice ale trupului feminin.

Dar mai înseamnă şi să sugrumi implicarea sentimentală, căci afectivitatea nu se manifestă pe deplin decât prin mângâieri prelungi. Pe de altă parte, femeile, care se excită mai greu, sunt frustrate; grăbit, cu mintea numai la ţelul său, bărbatul le pune capăt dorinţei. În .sfârşit, femeile deplâng această mecanizare a iubirii: „Să ştii că rezultatul inevitabil al oricărui contact sexual va fi coitul este de un automatism teribil de plictisitor.”

Potrivit femeilor, bărbaţii nu îmbrăţişează şi nu mângâie decât în timpul actului sexual şi, chiar şi atunci, o fac fără pasiune şi în grabă. Iar dacă mângâierea ori îmbrăţişarea le sunt pline de căldură, înseamnă că şi-au pus ei ceva în cap. Invers, atunci când o femeie mângâie un bărbat, acesta este convins de la bun început că-i o invitaţie la sex. Dacă ea neagă, el o acuză că-l întârâtă inutil. Bărbaţii nu cunosc dimensiunea mângâierilor. Ei nu cunosc decât „pătrunsul”. „Nu pot să-mi ating soţul, nici ziua, nici noaptea, fără ca el să creadă că am chef de amor. Nu reuşesc să-l fac să înţeleagă altceva.”

Ele propun un new-deal

„Femeile s-au săturat de vechiul model rutinier al relaţiilor sexuale care este axat pe erecţia bărbatului, penetrarea bărbatului şi orgasmul bărbatului” (10)

.„N-am putea oare schimba modelul tradiţional, ritualul fatidic al alcovului: el mă mângâie, imi desface picioarele, mă pătrunde, eu suport, el adoarme, iar eu rămân să visez.”

Bărbaţii ar trebui să ştie că iubirea înseamnă altceva decât să te sui pe o femeie şi apoi să te dai jos. Coitul ar trebui să fie o opţiune eventuală, nu un scop obligatoriu. Cu atât mai mult cu cât scopul, din punctul lor de vedere, este o ejaculare rapidă. Alături de „iubirea-coit” tradiţională, femeile îşi doresc „iubirea-contact”: ar vrea pur şi simplu să fie mângâiate, fără să ştie încotro se îndreaptă, fără să ştie că, neapărat, se va ajunge la organele genitale şi apoi la coit. „Mi-ar plăcea să-i spun, în timp ce mă mângâie: «Nu te opri, nu vreau nimic altceva în această seară. Nu te simţi obligat să faci dragoste. Căci mi s-a întâmplat de-atâtea ori să fac dragoste, deşi aş fi preferat multe mângâieri şi sărutări»„.

Numeroase femei evocă zilele trecute ale adolescenţei, cu flirturile şi băieţii care le dezmierdau trupul ore întregi. „Aş vrea mai multe sărutări, mai multe mângâieri şi mi-e dor de acele minunate frisoane pe care le simţeam pe şira spinării, ca atunci când eram logodiţi. Era o desfătare, imi vibra toată pielea, sufletul imi prindea aripi.”

Este necesar ca toate formele de contacte pline de căldură ale corpului, toate tipurile de intimitate să fie revalorizate. Schimbul erotic nu trebuie să fie neapărat genital, axat pe vulvă sau penis. Sexualitatea sălăşluieşte în corpul întreg. Zonele erogene sunt diseminate pe întreaga suprafaţă a pielii. întreg trupul este rodnic în senzaţii agreabile. Imaginaţia trebuie să găsească gesturile, iar tandreţea trebuie să le inspire.

Multe femei nu-şi doresc decât să se cuibărească în braţele unui bărbat şi să rămână acolo. „Aş vrea pur şi simplu să mă întind lângă un bărbat şi să-i simt forma şi căldura trupului; să ne strângem unul în celălalt, să ne îmbrăţişăm. Aş vrea să mă simt învăluită de trupul lui.”

Ele îşi doresc să fie sărutate mai mult, mai bine, nu atât de puţină vreme şi nu doar pe gură, ci pe toate părţile corpului. „Mi-ar plăcea să mă sărute cu pasiune, să-i degust săruturile ore şi ore la rând,

Of. Ctord Ltieu 67

1 mi exploreze cu buzele, fără grabă, trupul: ceafa, urechile, spatele, pântecele, picioarele şi nu doar gura şi sexul.”

Ele aspiră la mai multe mângâieri pe toată suprafaţa pielii, mângâieri care să dureze la nesfârşit. „Aş vrea un bărbat care să-mi ilc/.mierde faţa, mâinile, umerii, coapsele, picioarele, pe scurt, toate acele locuri de care, de obicei, nimeni nu se prea ocupă. Sunt zile în 1 are îmi place la fel de mult să mă las mângâiată pe spate, la fel de mult ca actul sexual. Am avut odată un prieten care mă dezmierda toată noaptea; am trăit împreună luni de extaz.”

Altor femei le-ar plăcea uneori să fie răsfăţate... ca nişte copii; dorinţa lor este emoţionantă şi deloc puerilă. Şi bărbaţii visează ca cineva să se joace cu trupul lor, dar celor mai mulţi le este ruşine s-o mărturisească. „Mi-ar plăcea ca el să mă dezbrace, să mă îmbă- ieze, să-mi usuce părul şi să mă bage în pat. Să mă privească şi să mă mângâie din cap până-n picioare. Apoi, să adormim unul în braţele celuilalt.”

Beţia mângâierilor

Starea de bine pe care o produc mângâierile asupra femeilor este extraordinară dacă ar fi să ne luăm după reacţiile şi modurile uneori ditirambice prin care şi-o exprimă. Iar fiindcă mângâierea cere mângâiere, ele resimt un fel de aşteptare, de foame, de nerăbdare a pielii lor; piele care cere un contact încă şi mai cald, încă şi mai intim; la extremă, este chiar o nevoie de a se strecura sub pielea celuilalt.

Cu cât dezmiardă mai mult sau cu cât sunt mai mult dezmierdate, cu atât sensibilitatea cutanată li se exacerbează la nivelul mâinilor şi al diverselor părţi ale corpului; ajung să-şi simtă într-un mod aparte palmele, gâtul, picioarele, sânii, vaginul. Această hipersensibilitate este însoţită de o încălzire: o căldură le invadează, iar pielea parcă le arde. Aceste senzaţii sunt efectele implicării maxime a receptorilor nervoşi şi a vasodilataţiei.

Bineînţeles, din toate acestea rezultă o minunată stare de bine, o mare de delicii, un ocean de beatitudine. „Goi, faţă în faţă, aceasta-i fericirea în stare pură, căci e fantastic să ţii în braţe o altă fiinţă umană.”

Multe femei vorbesc despre o „destindere fabuloasă” şi chiar despre beţie şi euforie. Totuşi, ceea ce frapează cel mai mult

este impresia de trezire la viaţă: femeile se simt mai vii, îşi simt trupul renăscând ca şi cum le-ar fi străbătut un aflux de viaţă şi de forţă. „Trupul mi se deşteaptă, se dilată, este o stare de plenitudine, ca şi cum prin mine ar trece o energie cosmică, mă simt în armonie cu întreg universul.”

Uneori, plăcerea este atât de mare, de îmbătătoare, încât se transformă într-o adevărată vrajă: femeile se simt uşoare, se-nalţă, plutesc, iar lumea încetează să mai existe: „Dezleg parâmelc, mă aflu într-o lume de vis, zgomotele se aud ca de departe, timpul s-a oprit, mă simt dincolo, aparţin cosmosului”.

Cel mai adesea, sentimentul dominant este intensa comuniune cu bărbatul iubit: se ştiu iubite şi nu se mai simt singure; şi astfel, le inundă un val de tandreţe: „Nu mă mai simt singură, ci infinit de tandră şi cu totul a lui.”

Mângâierile fără de sfârşit înseamnă evadare din izolare, dizolvare a propriului trup în celălalt, atingerea culmilor iubirii. Bărbatul care se hotărăşte să-şi lase armura în pragul uşii cunoaşte aceleaşi bucurii.

0 comunicare

Prin mângâiere, femeile îşi pierd pudoarea fără impudoare, nu se mai simt „exhibate”, ci, dimpotrivă, glorificate, ridicate în slăvi, narcisizate.
Dr GrotdUkv 69

Momentele de tandreţe pură sunt o mărturie de afecţiune care le tace să existe; intimitatea afectuoasă, fără ineluctabilul coit, le oferă dovada faptului că sunt iubite pentru ele Însele şi nu pentru receptacului lor. „Dacă m-ar mângâia fără ca, apoi, să facem neapărat dragoste, m-aş simţi mai puţin exploatată.”

Prin mângâiere, femeile stabilesc o comunicare cu celălalt, uneori mai bine decât prin limbaj şi adesea mai bine decât prin coit. Pentru acela care ar pune la îndoială faptul că toate contactele sunt comunicare, e de-ajuns să amintim cazul animalelor. între ele, tactilul, mai mult decât auzul, văzul sau mirosul, este modalitatea prin care îşi transmit mesaje. Şi mâna omului este aceea prin care află ce vor oamenii de la ele şi ce trebuie să facă. Caii înţeleg atât de bine acest limbaj, încât ştiu de la prima atingere dacă viitorul călăreţ îi va stăpâni sau îl vor putea arunca din şa undeva, la marginea pădurii...

Desigur, omul a inventat cuvântul, dar vorbele sunt uneori superflue, atunci când nu se transformă chiar în nişte vane complicaţii, artificii sau trădare. Pielea însă nu poate minţi.

Şi orgasmul?

Este, după cum spun femeile, scopul natural al erotismului, dar nu şi scopul sistematic şi obligatoriu al oricărei apropieri dintre femeie şi bărbat. Şi apoi, orgasmul, oricât de minunat ar fi, este doar „fizic", fie că-l dobândesc singure sau cu un partener, restul trupului lor rămânând, ca şi nevoia de afecţiune, nesatisfăcut. „Ca să ai un orgasm, e de-ajuns să te masturbezi, dar ca să ai tandreţe, ai nevoie de un altul."

Femeile subliniază faptul că se pot simţi foarte singure în orgasm, mai ales dacă-l obţin prin masturbare, în timp ce, în mângâieri, există întotdeauna doi, iar căldura contactelor este un remediu pentru singurătate. „Mângâierea înseamnă antisingurătate. În orgasm, mă concentrez asupra propriei mele plăceri, aproape singură. Am nevoie de solicitudine, de atenţie faţă de trupul meu întreg pentru ca să nu mă simt singură."

Orgasmul este un seism care le străpunge trupul, le explodează în creier; mângâierea, din exterior, le reîntregeşte; femeile îşi doresc un partener pe care să-l preocupe atât exteriorul, cât şi interiorul.

Cele care compensează absenţa orgasmului sunt dezmierdările prelungi. Poate că femeia n-a descoperit încă orgasmul, poate că, în ziua aceea, pur şi simplu „n-a mers". Mângâierile aduc o destindere psihică şi o relaxare musculară asemănătoare celor obţinute printr-un „masaj euforic"; ele sunt un substitut interesant al decom- presiunii orgasmice — fapt care, de altfel, nu împiedică o căutare a orgasmului pe toate căile posibile (despre care vom vorbi).

Mai mult, mângâierile sunt o liniştitoare dovadă a afecţiunii partenerului. „Dacă n-am avut orgasm atunci când mi l-am dorit, nu mă mai amărâsc: ştiu că prietenul meu m-a ajutat, dezmierdările lui mi-au alinat trupul şi încălzit inima. Mângâierea este un bun pansament."

Un dialog al surzilor

Femeile au, din punct de vedere biologic, tot atâtea pulsiuni ca şi bărbaţii. Dar, adesea, ei demolează sexualitatea feminină. Pentru că au fost întruna dezamăgite de excitaţia

insuficientă şi private de orgasm, unele femei încearcă, pe cât posibil, să evite raporturile sexuale. Nicio scuză nu-i mai bună decât migrena! Sau, ştiind că vor fi frustrate, se închid într-o stare de neutralitate, de frigiditate: „Fă ce vrei, eu nu mai sunt aici.” „M-a lăsat de-atâtea ori să-mi revin singură după ce el se satisfăcea, deşi eu de-abia dacă eram excitată, încât mi-e din ce în ce mai greu să-l doresc atunci când iubitul meu vrea să facem dragoste.” „De fiecare dată, se întâmplă la fel: soţul
Dr.Girordldfu 71
meu mă înnebuneşte, nu se mai poate stăpâni, juisează, adoarme şi mă lasă excitată, frustrată, plină de ură. Mă transform într-un sloi de gheaţă.”

Uneori, femeile îşi „somatizează” frustrările în maladii psihosomatice care le aduc beneficii secundare, precum atragerea solicitudinii celuilalt sau alibiul pentru a se sustrage raporturilor sexuale: astfel apar durerile de ovare, crizele de ficat, algiile dorsale etc.

Unele femei ajung să se mulţumească cu alte surse de afecţiune: copiii, animalele. „Îmi reproşează că sunt mai mult mamă decât soţie, dar este atât de rece, atât de indiferent; iar eu am nevoie de tandreţe. Mi-e aşa de dor de mângâieri, încât mi-l ostoiesc cu fetiţa mea, câinele şi pisica.” Da, copiii şi animalele apreciază afecţiunea şi ştiu să o ofere.

În sfârşit, alte femei se întorc spre surorile lor. Ascultându-le, înţelegem de ce două femei din trei au, indiferent dacă sunt adolescente ori adulte, o aventură safică. Diferenţa esenţială, cu o femeie, este că totul durează la nesfârşit, în timp ce, cu bărbatul, totul se termină când el ejaculează. „Ne-acoperim trupurile de sărutări, de mângâieri drăgăstoase şi tot nu ne săturăm. Nu ne grăbim, ne explorăm corpurile, vorbim din când în când vrute şi nevrute şi totul durează o veşnicie.”

Mai mult, femeile sunt blânde, delicate; sunt mai afectuoase, mai tandre; şi sunt mai sensibile. „Femeile o fac din toată inima, sunt mai atente la ceea ce trezeşte tandreţea în sufletul şi trupul prietenei lor.”

Pe de altă parte, femeile obţin mângâierile pe care le aşteaptă. Invers, ştiu să ofere dezmierdările pe care o femeie le doreşte. „Ştie exact cum să-mi mângâie clitorisul aşa cum trebuie, îmi înţelege dorinţele, nevoile, ştie ce-i face plăcere unei femei.”

în plus, schimburile sunt mai variate: neavând un mădular care să acapareze întreaga activitate, femeile sunt interesate de tot trupul, astfel încât pielea întreagă li se erotizează, cu atât mai mult cu cât sunt mai imaginative, mai inventive. De fapt, ele își împlinesc fantasmele de femei, care sunt apropiate de propriile lor dorințe. „Ele nu mă consideră o simplă teacă în care să se masturbeze, ele se ocupă de mine ca întreg."

În sfârșit, femeile sunt mai puțin egoiste decât bărbații, mai „gratuite", mai generoase. „Reciprocitatea le preocupă mai mult, nu le interesează doar propria lor plăcere, ci încearcă și să o ofere. Vor s-o împărtășească."

Toate aceste femei, dezamăgite de bărbați, s-au întors spre propriul lor sex, căci, din punctul lor de vedere, doar o femeie le poate realmente înțelege nevoia de mângâieri.

Disimetría dintre sexualitatea femeii şi cea a bărbatului este patetică. Între cele două jumătăţi ale umanităţii, se poartă un dialog al surzilor: şi totuşi, sunt atât de puţine de făcut pentru ca acestea să se înţeleagă.Capitolul 4 **Ce spun bărbaţii**

*Hi nu mângâie, nu sunt tandri, nu se gândesc decât la „chestia aia”... Aceasta-i reputaţia bărbaţilor. Să fie oare întemeiată? Ce spun ei? Să-i ascultăm.

De la preludiu la postludiu

De când e lumea lume, bărbaţii tandri care îndrăgeau femeia le-au oferit iubitelor lor mângâieri preliminare. De când a apărut sexologia, majoritatea bărbaţilor a aflat cât de necesare sunt aceste dezmierdări. Dar ce nu s-a întâmplat încă şi rămâne de făcut este ca toţi bărbaţii să prindă gustul mângâierilor.

Dacă bărbaţii neglijau adesea să ofere preludii partenerelor şi nici nu le cereau neapărat pentru ei înşişi, totul se datorează faptului că aceste jocuri sunt menite să pregătească intromisiunea, iar ei sunt întotdeauna pregătiţi. Iar dacă dorinţa femeii poate fi uneori

la fel de bruscă şi de imperioasă ca aceea a bărbatului, faza ei de intumescenţă este, din punct de vedere fiziologic, mai progresivă. La bărbat, dorinţa şi intumescenţa — sau erecţia — sunt cel mai adesea simultane; dorinţa i se trezeşte mai uşor şi se poate exprima prin erecţii intempestive; o voce, o siluetă, un parfum sunt de-ajuns.

Există chiar şi cazuri în care erecţia se produce spontan, fără solicitare exterioară: atunci când nu a mai avut de multă vreme contacte sexuale sau, dimpotrivă, atunci când raporturile sunt foarte apropiate în timp, cum se întâmplă, de pildă, în weekendurile îndrăgostiţilor; erecţia poate apărea în cursul viselor sau visărilor sau din cauza primăverii, a toamnei sau a unei seri de vară.

În timpul intumescenţei, bărbatul simte o turgescenţă care-l apasă şi care-l irită, turgescenţă care-l determină imperativ să obţină o eliberare. Iată de ce preludiul nu este o prioritate pentru bărbat şi de ce are tendinţa să-l escamoteze.

Totuşi, există cazuri în care primele încercări sunt binevenite:

- atunci când bărbatul i-a oferit iubitei prelungi dezmierdări şi când intumescenţa i s-a redus;
- la bărbatul care are obiceiul de a dărui îndelung mângâieri şi, prin urmare, de a-şi domina erecţia;

• la bărbatul care, copleşit de raporturi regulate, este mai puţin dornic;

• atunci când bărbatul este obosit sau în vârstă.

Prin necesitatea de a le oferi partenerelor preludii prelungite, bărbaţii descoperă pentru ci înşişi posibila necesitate a unor mângâieri menite să le întărească erecţia; şi-atunci, începe să le placă să fie dezmierdaţi ca din joacă.

Mulţi alătură tandreţea acestor schimburi prealabile. „Preliminariile sunt esenţiale pentru că adaugă tandreţe actului sexual; fără ele, actul iubirii nu are niciun sens."

Pentru bărbatul tandru, clipele de „după iubire" sunt cel mai minunate. Dorinţa l-a făcut să se îndrepte spre partenera, nerăbdător să o penetreze cu ochii, gura, mâinile, sexul. Acum, eliberat de pregnanta dorinţă, simte iubirea în stare pură, fără obiectiv, fără instrument. Se simte mai aproape ca niciodată de fiinţa iubită, contopit cu ea. Nu este un duel ca „înainte", nici un balet ca „în timpul", ci unitatea în beatitudine. El îşi aparţine, ca îşi aparţine; înlănţuiţi, respiră laolaltă, inimile le bat în acelaşi ritm, o aceeaşi căldură îi învăluie, iar epidermele li s-au transformat într-o singură sferă care-i cuprinde. Împărtăşind aceleaşi senzaţii, de-a dreptul euforici, plini de recunoştinţă, pierduţi de iubire, adesea nici nu mai simt nevoia să se mângâie, căci sunt o imensă dezmierdare.

„După ce facem dragoste, îmi place ca, uneori, să mă ţii în braţe, ca pe un copil. Mă simt de parcă n-aş mai fi eu: în unele zile, vioi, exaltat, cu mintea îngrozitor de limpede; în altele, epuizat, melancolic, ca după o beţie, mi se întâmplă chiar să adorm câteva clipe; să ştii că nu-i un somn egoist şi că, după ce am stors lămâia, n-arunc pur şi simplu coaja. Nu, rămân aproape de tine, nu te părăsesc, ci mă abandonez, mă las în grija ta, oferindu-mă, fiindu-ţi mai aproape ca nicicând. Şi de ce, numai pentru că sunt bărbat, n-aş putea fi fragil câteva clipe? De ce nu mi-ai putea fi ca o mamă, uneori? Sau pur şi simplu feminină? Chiar şi în 1983"

Limitele coitului

Trebuie ca, întotdeauna şi în mod obligatoriu, să existe penetrare prin sex? Nu există oare şi o penetrare prin trup? Prin

toată suprafaţa pielii, prin mâini, fuziunea nu este oare la fel de completă? Căci şi noi avem nevoie de căldură omenească, de afecţiune; mângâierile le oferă, prin sex.

OrCtonfIrtu 77

Plăcerea sexuală nu înseamnă să obţii cât mai repede o culme de pe care să te prăbuşeşti de îndată. înseamnă să determini o creştere a excitaţiei şi să menţii o „plăcere-dorinţă" la un nivel înalt. Prin mângâiere, posibilităţile senzuale sunt nelimitate, iar exaltarea, prelungă.

Pietropinto (11), care a realizat o celebră anchetă asupra sexualităţii masculine, i-a întrebat pe bărbaţi, printre multe altele, şi următorul lucru: „Ce părere aveţi despre mângâierile şi îmbrăţişările care nu duc la actul sexual?" 80% dintre cei chestionaţi au declarat că nu au nimic împotriva lor şi că le fac plăcere!

Iar ceilalţi 20%, care nu au înţeles importanţa mângâierilor, să afle că, singuri în natură, dacă exceptăm şi cocoşul, practică nişte copulaţii scurte şi stereotipe, reiterate potrivit unei frecvenţe şi rutine înnebunitoare. Animalele nu se împreunează decât în anumite perioade, atunci când, după cum se spune, „sunt în călduri"; ceea ce nu le împiedică, în anotimpurile reci, să se joace între ele şi chiar să trăiască în cuplu. Când se întâmplă, apropierile sunt precedate de interminabile jocuri; cele dintre leu şi leoaică sunt extrem de demonstrative. Şi este minunat că omul are privilegiul de a nu fi mărginit la aceste perioade de rut; dar este îngrozitor de trist atunci când singurul fel în care-l foloseşte este risipirea acestui noroc.

Ei se simt frustraţi

Rolul lor tradiţional de „duri" îi împiedică să fie ei înşişi. Bărbaţii n-ar îndrăzni în veci de veci să le spună partenerelor sau oricărui altcuiva că şi ei au nevoie de dezmierdări, căci le este teamă să nu ho consideraţi nişte „homo" sau nişte efeminaţi. „Când, la capătul vreunei zile, sunt obosit, când sunt deprimat după vreo lovitură mai • lură, am nevoie de afecţiune, de liniştire. Dar nu am dreptul să mă pori ca o «femeiuşcă».[44]

Se pare că bărbaţilor le este teamă ca nu cumva, sub mângâiere, să se moleşească, să-şi piardă prestigiul. „Aş fi trăit

patruzeci de ani cu o femeie fără să cutez a-i spune că am cumplită nevoie de tandreţe. Ea-i admiră pe bărbaţii «virili».”

Cum nu mai este un copil, bărbatul se consideră bun numai să trudească, să bată mingea sau să omoare; şi, prin urmare, este menit doar junglei, sportului sau războiului. Totuşi, tandreţea nu este, pentru un bărbat, deloc nelalocul ei.

Atitudinea femeilor contribuie la frustrarea lor. Unele dintre ele sunt mai mult mame decât soţii. „De când are copiii, s-a terminat cu mângâierile. Trebuie că micuţii ii sunt de-ajuns. Eu rămân nesatisfacut.”

Cele care lucrează nu au timp să fie tandre; să fie oare odihna războinicului un ideal? Pentru moment, este un vis: nu mai există decât războinice şi nu mai există odihnă! „Gata cu intimitatea, ea nu mai are timp: serviciul, casa, copiii. Aşa că nu trebuie să mă mai aştept la mângâieri.” Cele obsedate de orgasme nu-şi pierd vremea cu sentimentele. „Toate aleargă după orgasme. Nu mai suntem decât nişte instrumente, instrumentele lor.”

În sfârşit, ultrafeministele şi „intelectualele” consideră că a pune mâna pe pielea unui bărbat este nedemn de o femeie. „Nu sunt gheişa ta..., iată ce-mi spune atunci când îndrăznesc să-i sugerez că n-ar fi rău să-şi lase degetele să-mi dezmierde pielea.” F. oare, într-adevăr, degradant pentru o intelectuală să mângâie un bărbat? „Mi-ar plăcea să apăr, să răsfăţ, să dezmierd o femeie. Dar nu mai găseşti decât mândre walkirii sau minţi strălucite.”

În sfârşit, mulţi spun că se simt frustraţi din pricina lipsei de imaginaţie a femeilor. „Mi-ar plăcea să mă zgârie o dată şi încă o dată pe spate, apoi pe burtă şi coapse, să-şi scrie numele pe torsul meu şi să inventeze mii de mângâieri şi cascade de sărutări..., în loc să-mi înhaţe automat şi încă de la început membrul ca pe-o jucărioară.”

Prea multe femei duc imediat mâna la sexul bărbatului, ca şi cum n-ar mai exista nimic altceva. Bărbaţii au chef să strige că au

şi o faţă, şi un cap, un spate, nişte mâini, nişte picioare şi că iubirea înseamnă altceva decât frecarea organelor genitale. „Îmi vine să dau un anunţ la mica publicitate: «Caut femeie tandră ca să ne mângâiem unul pe celălalt ore în şir. Obsedatele de sex să se abţină».”

Femeile „cinstite” îşi doreau, dar nu primeau plăcere. Invers, femeile moderne nu se mai tem să ia iniţiativa şi nu se feresc să ceară. Se credea cândva că o asemenea evoluţie îi sperie pe bărbaţi; că o femeie dinamică, întreprinzătoare ii inhibă. Răspunsurile bărbaţilor chestionaţi de Pietropinto infirmă această legendă. Le place o parteneră activă, care oferă şi cere săruturi şi mângâieri...
I.

75% cer o mai mare participare a femeii; 58% afirmă că aspectul cel mai puţin plăcut într-o relaţie este pasivitatea partenerei; 60% mărturisesc faptul că ceea ce ii irită cel mai mult în timpul actului este o femeie rece şi detaşată; 45% dintre cauzele nonerecţieî sunt datorate lipsei de răspuns al femeii la stimulările bărbatului.

La ce visează bărbaţii?

Visează la săruturi tandre, rafinate şi pasionale. „Aş vrea să adorm cu gura lipită de a ei şi să mă trezesc tot aşa. Ca Tristan şi Isolda. Aş vrea să mă sărute ca atunci când eram logodiţi, să petrecem şi alte «seri de pupâceli»; lungiţi unul lângă celălalt, faţă în faţă, să ne sorbim răsuflările şi apoi, crescendo, să inventăm tot ceea ce pot face două guri împreună.”
-

Ei se dovedesc extrem de gurmanzi cu trupul femeii. Mulţi chiar il idolatrizează. „O ploaie de săruturi pe întreg corpul: pe frunte, pe umeri, pe pântece, pe coapse, pe picioare; niciun centimetru pătrat să nu scape aversei, iar ultimul strop să fie cel mai nebunesc dintre toate. Să mă joc cu mâinile ei, doar cu mâinile ei cât e noaptea de lungă, să-i sărut palma, dosul mâinii, fiecare falangă, să-i ling gropiţele dintre degete. Îi ador mâna atât de prelungă, de fină. Încep să tremur numai când i-o ating; căci o mână de femeie este somptuoasă. Mi-ar plăcea s-o îmbăiez, s-o şterg, s-o pieptăn, s-o alungesc pe cearşafuri cusute cu fire de aur, s-o ung cu ulei aromatic şi s-o ador, pe ea, femeia. Şi cu un deget netrebnic să-i urmez fiecare linie a trupului ca pentru a o redesena; apoi, să cutez a-mi lăsa mâna să alunece pe contururi, din cap până-n picioare, ca pentru a o recrea.”

Şi iată cum visurile bărbaţilor le întâlnesc pe acelea ale femeilor, chiar şi pe cele mai nebuneşti. Dacă am îndrăzni cu toţii să cerem... Şi tocmai, unii o fac: „Să mă întind lângă ea, să mă

impregnez de căldura trupului ei, să-mi reîncarc bateriile cu undele ei feminine. Şi să rămân aşa, ore întregi, fără să mă gândesc la sex..., să-mi ronţăie încet toată pielea, din creştet până-n tălpi. Să mă ciugulească cu pupicuri".

Bărbatul este la fel de doritor de mângâieri ca şi femeia. Dar mai trebuie să ştie să-şi lase zalele la intrare, iar femeia să-i îngăduie s-o facă. Pentru un bărbat, nu-i bucurie mai marc decât să ia în braţe o femeie goală; să simtă pe toată suprafaţa propriului său corp pielea caldă, magnetismul acela care-l lipeşte de ea, braţele care-l înlănţuie; şi să freamete din pricina mâinilor care-i alunecă pe spate, a unghiilor care-l zgârie uşor, în timp respiraţia-i arde faţa, din gâtul lui neri- dicându-se decât psalmul jumătăţilor de cuvinte, al frazelor neter- minate. Ah! arsură a goliciunii ei, vertije ale mâinilor ei, melodie a şoaptelor şi tăcerilor ei. Nicio băutură, niciun drog, nicio bucurie nu sunt atât de- mbătătoare ca pielea unei femei pline de tandreţe. Este paradisul pe pământ.

Ca şi femeile, majoritatea bărbaţilor declară că mângâierea constituie o relaţie autentică, puternic impregnată de afecţiune, care realizează un adevărat schimb psihologic; în timp ce

atingerea organelor genitale poate să nu fie decât o căutare a plăcerii. „Iubirea fără de săruturi şi mângâieri = prostituţie. Prostituatele nu dezmiardă trupul şi nu sărută. Prin piele, îţi vorbesc şi te ascult. Iar tu faci la fel. Ţin la tine, sunt cu tine, tu mă alini, tu imi dăruieşti plăcere.

Iată ce spune el. Şi, piele lângă piele, îi ascultă zgomotul respiraţiei, bătăile inimii; îi priveşte chipul; se desfată cu ochii ei, se umple de surâsul ei. Mângâierea amplifică receptivitatea fiecărui simţ, desfăşoară toate antenele senzoriale. Favorizează, prin urmare, toate modalităţile de comunicare nonverbală.

Mulţi(te) vor fi surprinşi(se): declaraţiile bărbaţilor seamănă cu cele ale femeilor. Iar dacă nu există un consens deplin, faptul se datorează supravieţuirii unor vechi prejudecăţi sau unei insuficiente asimilări a noilor idei. Un alt motiv este acela că femeile şi bărbaţii nu dialoghează. Atât unii, cât şi ceilalţi trebuie să renunţe să mai

joace un rol, trebuie să-şi vorbească, să facă fiecare un pas către celălalt. A venit vremea să încheiem un nou „contract” senzual.

Capitolul 5
Femeia, bărbatul şi mângâierea

Or. Gérard ideu 83

Femeile le reproşează bărbaţilor că nu le mângâie îndeajuns şi visează ia îndelungate schimburi. Bărbaţii spun că sunt frustraţi de dezmierdări şi-şi închipuie nesfârşite tandreţi. Toată lumea ştie că femeile au mâna blândă, fină şi mângâietoare; în schimb, bărbatul ar fi aspru, neîndemânatic şi avar cu mângâierile. Dincolo de aceste doleanţe şi reputaţii, să vedem dacă există vreo predispoziţie sau vreo incapacitate naturală de a mângâia; să analizăm factorii care au putut duce la comportamentul actual şi să căutăm acel ceva care ar putea, pe viitor, să elibereze tandreţea fiecăruia dintre noi.

Bărbatule de vină

!Când mâinile îşi părăsesc timiditatea, o fac sub un impuls irezistibil care duce mai degrabă la gesturi agresive decât la unele blânde. Formă masculină, neîndemânatică, de tandreţe sau egoistă „înhăţare”? Depinde. În orice caz, mâinile nu stau la locul lor şi ar rătăci puţin cam mult. Mai devreme sau mai târziu, femeile sunt silite să le oprească — „Jos labele” —, fie ele slujnice sau contese, trebuie să nu se-ncreadă în mâncărimea palmelor bărbaţilor. Căci ei gâdilă, linguşesc, dezmiardă, pişcă fesele, le ating cu mâinile, ridică fustele. Că sunt husari sau directori de companii, le place să atace, să încalece, să culce-n iarbă sau să răstoarne pe sofale.

Ceea ce nu-i împiedică, atunci când devin poeţi, să cânte cu delicateţe şi rafinament, în „blazoane” sau catrene, trandafiriile guri, mătăsoasele sfârcuri, încântătoarele pântece, zglobiile picioruşe.

O digne main qui jusque ciel approche.

O belle gorge, O précieuse ymaige

O joly pied de tous tant souhaité.'

Dar sunt mai multe mângâieri sub pana lor decât în degete.

Iar între ei, nu sunt deloc mai tandri. Îşi strâng cu putere mâna, îşi dau prietenește câte una peste spate, se bat. Iată cum se comportă unii faţă de ceilalţi.

Le place măcar să fie dezmierdaţi? În cadrul cuplului legal, foarte puţin; nu le place să se lase-n voie, să-şi arate sensibilitatea. Stăpâni ai cuplului, trebuie să rămână stăpâni ai jocului.

Dar atitudinea le este cu totul diferită atunci când nu trebuie să joace faţă de femeie vreun rol. Lângă gheişele întâlnite în timpul războaielor sau al deplasărilor, lângă amantele de-o după-amiază, se dau în vânt după dezmierdări.

Ce anume îl inhibă pe bărbat? Refuzul mângâierii are multiple cauze: religia şi cultura reprimă senzualitatea bărbatului, în timp ce „machismul" şi nevrozele lui specifice oprimă o natură erotică prea puţin predispusă la mângâieri.

i ***O. castă mând ce-n ceruri te Inalfi.*** / Ol ***mândru gât. O. chip ntpreluil /*** O, ***picioruş de toţi dorii.*** (N.t)

Dr. Gtnrd Ldeu 85

Natura erotică a bărbatului

Cauze specifice sexualităţii masculine nu predispun la dezmierdare.

La bărbat, pulsiunea este axată pe penis, iar dorinţele i se concentrează aici. Tensiunea erotică este uneori insuportabilă, iar atunci când îşi doreşte cu ardoare să penetreze, mângâierile pot fi resimţite ca un „timp pierdut" şi o activitate insipidă. Este, prin urmare, de preferat ca femeia să nu dezmierde de la început un penis deja erect, ci, dimpotrivă, să-l destindă pe bărbat prin mângâieri depărtate; iar atunci când se apropie de penis, să aibă grijă să nu treacă dincolo de pragul exploziv.

O femeie se poate bucura de un simplu contact fără ca excitaţia să i se plaseze dintr-odată la nivelul unei obligaţii de coit şi să se mulţumească cu atât. La bărbat, cea mai uşoară atingere poate provoca o erecţie intempestivă şi irepresibilă ce-l lasă pradă unui proces pe care, crede el, trebuie neapărat să-l ducă până la capăt. De unde neîncrederea lui în mângâiere. Este, într-o oarecare măsură, politica lui „totul sau nimic".

Tipul deautoerotism al bărbatului nu-i oferă prilejul unei ucenicii a mângâierii. Masturbarea se petrece printr-un gest unic, simplu, fără nicio nuanţă. Femeia a învăţat, în timp ce se excita singură, să-şi dezmierde trupul, sânii, vulva, într-o manieră adesea sofisticată.

Factorii socio-culturali

Printre factorii represivi, religia este cea mai puternică. Morala creştină a decretat că mâinile sunt impure: sunt agenţii sexualităţii; excită corpul şi îl împing spre raportul sexual („Un deget de veţi pune, trupul întreg va fi acolo"). Or, nici plăcerea atingerii, nici plăcerea sexului nu sunt legitime, dacă scopul nu este reproducerea.

Dezmierdările care tentează şi incită trebuie evitate cu orice preţ. Cât despre mângâierea de dragul mângâierii, nu există nici măcar ideea existenţei sale.

Oricum, plăcerea, fie ea a mângâierii sau a împreunării, este un „păcat carnal". Pământul este o „vale a plângerii", trupul trebuie mortificat, simţurile — dominate, pielea — „disciplinată", iar fruntea — plină de sudoare. Omul trebuie să năzuiască spre un suflet neprihănit, dacă vrea să dobândească fericirea vieţii eterne.

Omul occidental îşi va renega, aşadar, corpul şi va încerca să fie, de-a lungul întregii sale vieţi, un înger. Pentru aceasta, era nevoie să i se taie mâinile, excepţie făcând, desigur, munca — „n-ai voie să pipăi", „mâna care mângâie e o mână ticăloasă".

În cazul băieţilor, mama nu este prea darnică cu tandreţea, renunţând de timpuriu la ea pentru a evita un ataşament tulbure — pe care Freud l-ar numi oedipian — şi trezirea senzualităţii. Cât despre tată şi educatorii de sex masculin, ei îşi interzic orice contact personalizat cu fiii sau elevii lor de teamă să nu devieze această senzualitate spre homosexualitate.

Astfel, nu e de mirare că, în închipuirea băieţilor, contactul tactil are în mod obligatoriu un scop sexual. Ceea ce le va elimina dorinţa de-a o face. Dacă încalcă interdicţiile, resimt o nemaipomenită plăcere în clipa atingerii şi cred că şi fetele vor fi cuprinse de-aceleaşi tulburări şi se vor abandona până într-acolo, încât li se vor dărui. Iată o primă greşeală. Adulţi, continuă cu încăpăţânare să creadă că atingerea este un mijloc de a ajunge la actul sexual şi s-o refuze ca scop în sine, ca o comunicare tactilă. Iată o altă greşeală.

Cultura, care nu este decât emanaţia religiei grefate pe temperamentul unei populaţii, a agravat condamnarea mâinii. Mai ales în ţările anglo-saxone *(No touch).* Atingerea este interzisă pentru că este contrară demnităţii. Este vulgar, este *shocking* să-ţi exprimi emoţia, afecţiunea, mai ales prin intermediu] mâinilor sau al contactelor fizice intime. Englezul din înalta societate trebuie să aibă *self-control,* să rămână flegmatic în orice împrejurare.
Dr G/rordL.deu 87

Bărbatul este zgârcit cu gesturile în relaţiile sale: cu prietenii, el se limitează la *shake-hand* (literal, „strângere de mână[4]*). Faţă de copiii săi, este distant şi evită să-şi exprime sentimentele, faţă de soţie evită efuziunile, chiar şi în timpul actelor sexuale: bărbatului ii este teamă să nu pară idiot dacă este sentimental sau dezmiardă; nu foloseşte mângâierea — dar atunci nu este degradant — decât ca semnal al dorinţelor sexuale şi ca o pregătire a consumării actului.

În sfârşit, societatea a instituit o inegalitate între sexe, inegalitate care exagerează naturala diferenţiere. Bărbatul are datoria

---

4 **a Film engl« (1968) de Lind$ay Anderson, premiat cu Palme d'Or la Festivalul de la Cannes În 1969. Deşi titlul trimite la celebrul poem al lui Rudyard Kipling, pelicula este o critici acerbă a sistemului educaţional britanic. (N.I.)**

de a fi viril, ceea ce înseamnă: aproape nesimţitor la suferinţă, la frig, la trudă şi... la mângâiere, dar şi oarecum demonstrativ, adică să nu-şi arate suferinţa, oboseala sau plăcerea. Un bărbat nu se abandonează, nu plânge, nu mângâie.

Chiar şi în intimitatea cuplului, bărbatul nu se depărtează de rolul care-i revine, refuzând mai ales să se dedea dezmierdărilor şi altor jocuri sexuale puerile, nedemne de statutul său masculin. Săruturile şi mângâierile nu sunt virile.

Pentru ca dintr-un băieţel să iasă un bărbat, el este educat „cu duritate": fără mângâieri, fără sărutări — date sau primite —, căci acestea sunt „de-ale fetelor" şi ar risca să-l transforme într-un papă-lapte, să-l efemineze. Odată cu Kipling, acest virilism devine stoicism, fapt denunţat de filmul If.

Anglia şi Statele Unite ale Americii — ţări ale puritanismului, ale aşa-numitului *self-control* şi ale sporturilor virile — au exagerat această cultură a nontactilului. Atitudini asemănătoare se regăsesc în tot Occidentul, mai ales în mediile calviniste sau aristocratice. Aici, educaţia băieţilor are scopul de a-i „desensibiliza" prin suprimarea aproape totală a contactelor cutanate. Educaţia are întâietate în faţa afecţiunii. În copilăria mică, „creşterea" va fi încredinţată unor bone, dacă situaţia financiară o permite.

Alăptarea este atunci înlocuită de biberon; îngrijirile corporale sunt reduse la minimul cerut de igienă, jocurile apropierii dintre trupuri suprimate, nuditatea acoperită — atât la copil, cât şi la mame şi femeile din casă — cu veşminte extrem de sobre; bebeluşii îşi petrec zilele izolaţi de orice contact carnal, în leagăne sau landouri.

În a doua copilărie, băieţii sunt trimişi la internate unde nu mai au de-a face decât cu bărbaţi. Sunt căliţi prin practicarea unor sporturi violente şi poartă haine făcute din stofe aspre care le „tăbăcesc" pielea.

Religie, cultură, societate concură la crearea unui bărbat rece, rigid, frustrat carc-şi va frustra soţia şi copiii. Căci nu putem oferi mângâierile pe care nu le-am primit. „În familia mea, îmbrăţişările erau interzise, iar contactele fizice erau rare. Acum, mi-e foarte greu să-i îmbrăţişez pe oameni[1] şi apropierea de ceilalţi mă face să nu mă simt deloc în largul meu."

Sunt revoltat să văd că, în ciuda eliberării moravurilor, există prea multe familii în care copilul este dresat să nu atingă. Băieţii îşi reţin mânuţele care, de la sine, se întind spre fetiţe sau alţi băieţei. Fetele sunt jenate şi se înfrânează atunci când vor să îmbrăţişeze pe cineva sau să-l ia de mână, deşi atât unii, cât şi ceilalţi ar voi să-şi manifeste prietenia. Băieţei şi fetiţe au învăţat că sentimentele care-i împing să se atingă sunt ceva rău. Să atingi un trup îmbrăcat este indecent. Să priveşti un trup dezbrăcat este un păcat.

Sunt extrem de trist când văd că mamele nu-şi mai îmbăiază şi nu-şi mai răsfaţă pruncii, că taţii refuză să-i mai ia pe genunchi, rărindu-şi şi răcindu-şi săruturile. Iar părinţii, între ei, oferă un

exemplu prost de contacte reci, neîndemânatice, reduse la politicoase formalităţi.

Această represiune se înrădăcinează în profunzimile fiinţelor şi, mă tem, pentru toată viaţa. Ruşinea şi culpabilitatea strecoară disconfortul în toate contactele omeneşti.

Or. ***Cerere*** Lăev 89

Stilul de viaţă modern

În copilărie, totul trece prin piele şi gură; este o epocă de senzualitate orală şi tactilă, de senzualitate carnală; formarea primează. La adult, totul trece prin ochi şi urechi; este o epocă de senzorialitate vizuală şi auditivă; informaţia triumfă, este domnia audiovizualului.

Adultul pierde legătura cu propria sa piele în timpul muncii care, din manuală, devine din ce în ce mai intelectuală, în relaţiile cu oamenii ce se ating, se lovesc unii de ceilalţi în treacăt şi nu au decât „contacte" care, de fapt, nu-i apropie; chiar şi între soţi există mult prea puţine scurte atingeri şi interpenetrări, fără ca ei „să se atingă" la propriu şi la figurat.

Machismul

Pe lângă complexul „bărbăţelului", mulţi bărbaţi au şi complexul „bărbăţiei"[5]. Bărbatul, cel adevărat, masculul, este o fiinţă superioară, este solid, musculos şi nimic nu-l tulbură. Are datoria să dispreţuiască femeia, fiinţă inferioară, slabă, plăpândă şi sentimentală, bună numai pentru împreunare.

O singură femeie face excepţie: mama, demnă de stimă, de respect, protectoare, hrănitoare, mângâietoare, dar, pe de altă parte, asexuată, prin urmare, imposibil de dorit şi, oricum, interzisă.

Şi tocmai pentru că şi-a idolatrizat mama, bărbatul trebuie să înjosească femeile. Dacă ele ar fi demne de iubire ca şi mama sa, el nu le-ar putea atinge; dacă ar fi demne de stimă, nu le-ar putea avea, sexual vorbind. Trebuie, aşadar, ca femeile să fie nişte târfe sau, mai rău, nişte obiecte. Fundamentul machismului este, potrivit lui Pictropinto, „complexul mamă—târfă" înjosirea femeii este nevoia disperată de a se sustrage culpabilizării incestului.

Pornind de aici. bărbatul macho va diferenţia între două tipuri de femei: femeile-târfe, sexuate. dezirabile, împovărate de toate defectele (seducătoare, rele, prefăcute, vulgare) care sunt „consumabile". Şi femeile-mame, asexuate, tabuuri, care-i inhibă sexualitatea, căci sunt materne, iubitoare, sensibile, sentimentale şi mângâietoare.

În ansamblu, există antinomia dintre sexualitate şi tandre- ţe-mângâiere. Nu este îngăduit să-ţi afli satisfacţia lângă o femeie tandră, femeie-mamă. Dacă mângâierea se infiltrează într-o relaţie femeie—bărbat, aceasta îşi pierde interesul sexual. Astfel, bărbatul macho va

---

5 **În limba francezi, *le complexe du .mec' /.../ le complexe du .mac': mec* are »emul de bârbat, lip, dar ţi. În argou, de linir întreţinut de femei, iar *mac.* «rict argotic. Inseamni proxenet, codoş *(N.t.).***

evita să mângâie şi să fie mângâiat. „Tatăl meu — şi, cred, şi preoţii — mi-au tot repetat: «Trebuie să respecţi fetele... Gândeşte-te doar că vor fi mame, gândeşte-te numai la mama ta». Ca să ating sânii sau sexul unei femei, trebuie neapărat să mă gândesc că este o stricată.”

„Dacă o fată e drăguţă, nu pot avea erecţie. Nici nu-mi trece prin minte să mângâi o fată. Dacă mă dezmiardă, atunci mă enervez şi nici nu se mai pune problema s-o facem. Sau îmi spun că, în fond, nu-i decât o boarfă. Amantele-s amante, nu trebuie să fie mame.”
(Confidenţele unui vagabond)

Nevrozele

În chiar structura personalităţii lor, mai multe elemente se pot opune tandreţei bărbaţilor.

Carapacea caracterială este un mijloc de apărare pe care l-au creat copilul şi apoi bărbatul, pentru a se sustrage suferinţei frustrării afective. Pielea, jupuită de absenţa „mângâierilor-pansamente”, şi-a uitat în timp sensibilitatea; muşchii, blocaţi în elanuril

lor emoţionale sau pulsionale, au devenit rigizi. Aceste fenomene au fost descrise de Reich.

Refuzul mângâierilor este refuzul de a retrăi într-un alt mod frustrările. Adesea, în şedinţele de masaj californian (sau chiar kinetoterapeutic), unii indivizi „cedează" — de cele mai multe ori, bărbaţi. Cuprinşi de angoase, plâng, vomită, cad în sincopă; mâinile au reactualizat suferinţele copilăriei, au readus la viaţă purgatoriul pe care l-au trăit în locul paradisului aşteptat.

Complexul de inferioritate inhibă la anumiţi bărbaţi orice iniţiativă. Esenţială este aici lipsa de încredere a bărbatului în propriile lui posibilităţi şi teama, mai mult sau mai puţin conştientă, de a se fi responsabil pentru plăcerea celuilalt. Căci nu-i este uşor să facă dragoste simţindu-se profund implicat. Mângâierea îi oferă bărbatului conducerea, responsabilitatea juisărilor feminine, dar rolul de mentor îl îngrozeşte. Iar mângâierea riscă să-i dezvăluie personalitatea; riscul de a fi judecat de o necunoscută îl transformă într-o stană de piatră. „Visam ca soţul meu să-mi împlinească viaţa sexuală, ocupându-se de trupul meu. Dar am fost nevoită să constat că nu ştia nimic despre femei şi despre viaţă. Pe bărbat il cunoşti cu-adevărat doar în pat şi nu după tăria penisului, ci după blândeţea mâinilor sale." în sfârşit, mai este posibil ca bărbatul, acela care nu mângâie, să fie doar un leneş sau pur şi simplu lipsit de imaginaţie sau prea puţin îndrăgostit. Iar dacă acesta este cazul, atunci a venit clipa unor noi hotărâri şi a încheierii unui alt contract cu femeia.

Căci în partenera dvs. de viaţă nu există doar soţia, ci şi FEMEIA, cealaltă jumătate a umanităţii, de o altă esenţă, care vi s-a dăruit, încredinţat, oferit pentru o vreme. Adoraţi-o aşa cum se adoră o divinitate revelată, în tot misterul, diferenţa, extraordinarul ei; adulaţi-i mintea şi trupul, privirile, mâinile, organele genitale. Admiraţi-i-le aşa cum se admiră o comoară într-o cetate; veneraţî-le aşa cum se venerează o relicvă; mângâiaţi-le aşa cum se mângâie un nou-născut şi savuraţi-le aşa cum se savurează un fruct zemos în înalta societate: cu deliciu şi delicateţe.

F... ca femeie

Predispoziţia femeii pentru dezmierdare parc evidentă. Tradiţional, femeia este considerată ca fiind blândă, tandră, mângâietoare şi generoasă.

În alegerea unei funcţii ori a unei meserii, ea opta pentru rolurile care cereau asemenea calităţi: vestale, călugăriţe, moaşe, infirmiere, gheişe, maseuze etc. Ca soţie sau amantă, se transforma în „odihnă a războinicului". Ca mamă, îşi îndeplinea misiunea cu căldură, devotament şi abnegaţie.

În iubire, femeile se dovedesc cel mai adesea nişte partenere extrem de darnice şi de receptive. Sunt foarte generoase şi foarte dornice de mângâieri şi sărutări.

Uneori, felul în care se manifestă este plin de însufleţire şi chiar violent: să sugă pielea până lasă urme, să sărute nebunește, să muște, să pişte, să zgârie, să strângă puternic în braţe sunt expresiile obişnuite ale sentimentelor şi pasiunii lor fizice.

Invers, le place şi cer stimulări puternice: „strânge-mă tare" — „ia-mă" — „fă ce vrei cu mine" — „termină-mă". Aceste excese îi fascinează şi îi zăpăcesc pe bărbaţi; şi conferă o extraordinară dimensiune relaţiei dintre femeie şi bărbat, o transced. Amintiţi-vă de filmul *Hiroshima, dragostea mea*|

Nu este vorba, nici într-un caz, nici în celălalt, despre sadism sau masochism, ci despre o voinţă de comunicare şi de fuziune extreme; şi despre nebuneasca speranţă de a se împărtăşi, prin intermediul trupurilor, din iubirea infinită a „creaţiei" şi din forţele „cosmice" ale vieţii.

Să vedem acum ce anume o dispune — sau predispune — pe femeie la o senzualitate pe cât de puternică, pe atât de altruistă. Unii factori sunt naturali, genetici sau biologici, alţii, socio-culturali.

DrOrardW» «

Un erotism natural

liste incontestabil că femeia are o mai mare senzualitate cutanat A înnăscută, pe care factorii socio-culturali o vor dezvolta, şi nişte zone erogene mult mai sensibile.

Din instinct sau doar din condiţionare culturală îi place femeii O pipăie stofe fine, fructe catifelate, obiecte netede? Din ce cauză este ca atât de sensibilă la calităţile tactile ale obiectelor?

Şi de ce are acest «omportament delicat şi senzual faţă de tot ceea ce o înconjoară?

Rotunjimile, contururile, liniile sale curbe, finețea pielii cer să fie dezmierdate. Aceste calităţi erotice sunt glorificate de privirea bărbatului. Şi este extrem de plăcut, orice ar spune ea, să simtă pofta bărbatului pe întregul trup sau numai pe-o parte a lui; care trup dobândește astfel, deşi fără voie, o încărcătură erotică.

Mai mult, femeia ajută natura impodobindu-şi şi infrumuse- ţându-şi corpul; subliniindu-şi farmecele, ea se autoerotizează.

Moli afirmă că, la femeie, instinctul sexual ar fi dedublat în două pulsiuni independente. Există, pe de o parte, pulsiunea de detumescenţă: este aceea care animă organele genitale şi care este resimţită ca o nevoie de a le elimina tensiunea, de a le înlătura congestia; şi, pe de altă parte, pulsiunea de contractaţie: ea se referă la întregul corp şi este trăită ca o nevoie a femeii de a fi strânsă în braţe şi mângâiată. Spre deosebire de nevoia sexuală, această trebuinţă nu poate fi satisfăcută decât împreună cu o altă fiinţă.

În anumite circumstanţe — tristeţe, faze depresive, episoade psihopatice —, această nevoie se exacerbează şi poate deveni imperativă. Pentru a obţine contactul fizic, femeia poate accepta o relaţie care să nu fie intru totul pe gustul ei şi să treacă printr-un raport sexual pe care nu-l dorește.Hollendcr şi diverşi psihiatri au realizat o serie de anchete asupra femeilor depresive sau psihopate: cele mai multe declară că trec la actul sexual pentru a-şi potoli dorinţa de a fi luate în braţe şi dezmierdate. Profund nefericite, se oferă activităţii coitale în speranţa de a obţine un contact uman şi nu orgasmul. Psihologii sunt de părere că aceste femei sunt blocate la stadiul plăcerii pregenitale; nevoia lor de mângâieri rămâne izolată de actul sexual şi nu se integrează într-o relaţie completă. Această dorinţă, anormală prin excesul său, şi-ar avea originea într-un comportament parental frustrant.

În realitate, nevoia, la un nivel normal, de a fi dezmierdate nu este specifică doar femeilor perturbate, ea existând la majoritatea femeilor, aşa cum o demonstrează diferite anchete, printre care cea a lui Shcre Mite şi a mea. „Cândva, imi

lipsea atât de mult afecţiunea, încât mă Culcam cu oricine, numai ca să fiu luată în braţe; mi se mai întâmplă şi acum să mă dăruiesc vreunui tip numai ca să simt prezenţa unui trup şi să mă cuibăresc în căldura lui. Să simt pielea unui bărbat mă umple de fericire şi, de multe ori, mi-ar fi de-ajuns; din păcate, pentru a obţine această senzaţie, trebuie mereu să accept coitul."

Crezând că mângâierea şi dorinţa de a se cuibări în braţele unui bărbat sunt puerile şi că doar raportul sexual este un semn de maturitate, femeile nu îndrăznesc să-şi exprime adevărata vrere şi formulează o falsă dorinţă de coit. Dar e timpul să afle că şi bărbaţii au această pulsiune de contractaţie — bine refulată —, această nevoie de a fi luaţi în braţe şi dezmierdaţi. Ca şi ele, joacă toată comedia coitului de teamă să nu pară prea puţin virili. Trebuie să punem capăt acestei neînţelegeri: un bărbat şi o femeie nu se apropie doar pentru actul sexual. Trebuie să aveţi curajul propriei dorinţe, indiferent dacă aceasta este de a mângâia sau de a păcătui. Un asemenea curaj este mai bun decât o viaţă de resemnare şi de frustrare.

În sfârşit, ultimul element care favorizează senzualitatea naturală a femeii: auto-erotismul său extrem de rafinat care a învăţat-o să-şi exploreze şi să-şi exploateze zonele erogene şi să se mângâie peste tot.

În ansamblu, s-ar părea că natura a înzestrat-o pe femeie cu o mai mare erogenitate. Şi trebuie oare să vedem, în această vastă potenţialitate, o compensaţie pentru relativa încetineală a trezirii
DrCforriLritv 95
ru naţiei sale? Faza de intumescenţă cerând, cum spune teoria, mai mult timp pentru a se instala şi a creşte, să se fi multiplicat oare sensibilitatea periferică?

Maternitatea

Este o şcoală de mângâieri. Multă vreme de-acum încolo, vor mai exista controverse în privinţa realităţii instinctului matern; dar indiscutabil rămâne comportamentul matern. Cu unele excepţii, felul în care o femeie îngrijeşte un copil este exemplar. Dacă nu s-a născut mamă, femeia devine mamă — rar se-ntâmplă altfel. Ea se supune, spontan sau străduindu-se puţin, uceniciei unui contact interuman foarte amplu, devenind astfel

capabilă să dezmierde. Acest contact ii amplifică tandreţea şi-i erotizează trupul; căci mama resimte şi ea plăcere atunci când îi dă micuţului să sugă, când i! leagănă, când îl îmbăiază, apropiere a trupurilor extrem de asemănătoare unei conduite amoroase — juisarea mamară putând să ducă până la acmee.

Fără îndoială, „bărbatul nou" — care se ocupă ca o mamă de propriul copil şi pe care-I vedem din ce în ce mai des printre noi — va trage şi el foloase din această experienţă.

Factorii socio-culturali

În Occident, unele elemente culturale şi sociale confirmă femeia în sensibilitatea-i aparte, în timp ce altele o reprimă.

Religiile glorifică maternitatea, despre al cărei rol am discutat, dar, ca şi în cazul bărbatului, transformă contactul într-un păcat. Mai mult chiar decât în cazul băiatului, fetei i se inculcă tabuul de a atinge şi de a se lăsa atinsă. Mângâierea înseamnă sex, iar sexul este murdar! Mai târziu, femeia, resimţind plăcerea dezmierdărilor, nu se va putea împiedica să resimtă totodată ruşine şi culpabilitate. Mereu obsedată de păcat, se va feri să-şi răsfeţe fetele, fiindu-i teamă să nu le transforme în lesbiene.

Prin diviziunea rolurilor şi a muncii, societatea instaurează o radicală diferenţiere între sexe. Pe cât de viril trebuie să fie bărbatul, pe atât de feminină trebuie să fie femeia. Iată de ce Simone de Beauvoir a putut spune: „Nu ne naştem, ci devenim femei."

Rămânând acasă pentru a-şi creşte copiii, femeia se sustrage acţiunilor războinice şi muncilor grele; îşi salvează astfel sensibilitatea. Păstrând contactul cu copiii şi dedându-se unor munci cu o nuanţă senzuală mai pregnantă (pregătirea bucatelor şi ţesutul), ea îşi rafinează senzualitatea. Cel puţin, în clasele avute.

Veşmintele femeii sunt făcute, încă din fragedă pruncie şi de-a lungul întregii sale vieţi, din stofe fine la purtat şi mângâiat. în mediile favorizate, femeile se-mbracă în mătase, satin, linou, catifea şi blănuri. Datorită lor, pielea se „catifelează" şi se erotizează.

Educaţia femeii o feminizează; fata este altfel tratată decât băiatul. Bebeluş fiind, ea primeşte mai multe dezmierdări.

Ca fetiţă, este încurajată să ofere mângâieri şi se „antrenează" pe păpuşi. Adolescentă, trăieşte mult timp pe lângă mamă şi alte femei; rezer- vându-i-se numai ocupaţii delicate, trupul îi este cruţat, pe când băiatul este călit prin sport; dar, invers, societatea îi menește femeii un rol pasiv (nu trebuie decât să fie drăguţă şi să aştepte un bărbat şi apoi să spere că el o va mângâia).

Cultura glorifică feminitatea pe care a favorizat-o—sau creat-o — societatea. Trupul femeii este proslăvit, prin urmare, ea are mare grijă de el, îmbăindu-l, răsfăţându-l cu produse de înfrumuseţare şi masaje; această solicitudine păstrează finețea sensibilităţii cutanate. Pe de altă parte, o femeie are dreptul la emoţie, o fată poate să plângă, plânsul fiind în acest caz semnul unei profunde sensibilităţi şi al unui

Dr Orori L/to 97

suflet bun. O femeie are dreptul să-şi arate afecţiunea faţă de copii şi prietene, aceasta fiind o dovadă de generozitate.

Totuşi, în numele principiului *„no touch"* şi al unei anumite demnităţi, orice manifestare emoţională şi senzuală trebuie să fie temperată sau chiar, în anumite cazuri, respinsă.

Ultrafeminismul riscă să dăuneze apropierii care se realizează între femeia şi bărbatul pe cale de a fi eliberaţi.

Feminismul, pornind de la ideea — justă — că femeia nu este nici un obiect, nici o gheişă, nu privește cu ochi buni mângâierea oferită. Cere ca tandrețea să fie reciprocă. Nu putem să nu fim de acord. Dar ultrafeministcle văd peste tot numai bărbaţi „macho" şi predică aşa-numitul self-service clitoridian sau safismul. Acestea sunt pentru feministă ceea ce este bărbăţia pentru bărbăţel.

Mângâierea, întâlnire între o femeie ţi un bărbat

Din naşcare, femeia pare să deţină o mare senzualitate. Până mai ieri, anumiţi factori socio-culturali şi naturali aveau tendinţa de a-i păstra această sensibilitate şi chiar de a-i erotiza trupul, în timp ce alţii i-o inhibau. Invers, unele influenţe socio-culturale ocultau erogenitatea bărbatului. Totul contribuia la transformarea femeii într-o făptură fragilă şi sensibilă — dar a cărei sensibilitate era îngrădită —, iar a bărbatului într-un „dur".

Astăzi, se profilează o minunată mişcare, rod al evoluţiei moravurilor şi societăţii; rolurile dispar, sensibilităţile se eliberează, presiunile îşi pierd forţa: bărbatul şi femeia se apropie unul de celălalt.

Religia se umanizează fără să renunţe la transcendenţă, păcatul trupesc nu se mai află în prim-plan, singurul păcat adevărat, dacă ar ii să ne încredem în izvoarele evanghelice, fiind lipsa de iubire.

O formă de cultură şi de societate care, în numele unei anumite demnităţi şi unei anumite virilităţi — adesea de aparat şi de aparenţă —, le interzicea bărbaţilor orice manifestare emoţională sau senzuală a supravieţuit. Pretinsa insensibilitate a bărbaţilor se datorează unei condiţionări. Practica grupurilor de psihoterapie şi de masaj mi-au demonstrat că emotivitatea şi senzualitatea de bază ale bărbatului sunt pe măsura celor ale femeii. Iar descătuşarea bărbatului de rolurile sale i le va reda.

Ingrijindu-şi copiii, bărbatul învaţă să fie tandru şi să mângâie. Eliberându-şi, mulţumită tehnologiei, mâinile şi corpul de muncile grele, îşi recuperează simţul tactil; constatăm deja că bărbatul e mai grijuliu cu trupul şi pielea sa. Luptând pentru egalitatea dintre sexe, feminismul îl salvează pe bărbat de „machism"; în sfârşit, recu- noscându-i nevoia de mângâieri, pulsiunea de contractaţie, adevărata-i fire iese la lumină. Această evoluţie le redă mâinilor bărbăteşti puterea mângâietoare, ceea ce va fi în folosul lor şi al femeilor.

Cât despre ele, posedă deja arta mângâierii, dar au nevoie de ceva mai mult exerciţiu şi,

pentru aceasta, să iasă din pasivitate: să acţioneze, să se exprime, să ceară

.Capitolul 6 **Arta** mângâieri

învăţăm să mergem, să vorbim, să scriem; învăţăm să gătim, să cântăm la pian, să fim medici. Totul se învaţă, artele, meseriile, războiul. Mai puţin erotismul. Dimpotrivă, se face totul ca să-l dezvăţăm. Societatea, prin legile civile şi regulile religioase, se aliază pentru a reprima, înăbuşi, culpabiliza frumosul instinct.

Mulţumită diavolului, asemenea florilor care înfloresc pe bătrânii pereţi sterpi, forţa colosală a vieţii face să ţâşnească dorinţa împotriva şi-n ciuda a tot. Să ţâşnească..., dar nu şi să se împlinească.

Se pare că, în starea de natură, omul n-are nevoie să înveţe mângâierile. Le învaţă oare ele, mamele, care se joacă la nesfârşit cu odraslele lor, le poartă-n braţe, le drăgălesc, le gâdilă, le masează, le leagănă, le sărută, le adoră? Le putem invidia nesăţioasa poftă şi beatitudinea micuţului. Dar şi să ne inspirăm din ele.

Or.GMUk» toi

„Tehnica” în slujba iubirii

Nu suntem animale, nu-i aşa? Bineînţeles că nu, dar avem în noi o parte de natură pe care ar fi o prostie să o negăm. Pascal a spus-o deja: „Cine vrea să fie înger să fie întâi fiară.” Animalele ne înduioşează atunci când iubirile lor seamănă cu ale noastre, ca aceea .1 turturelelor, şi ne dezgustă atunci când sunt rudimentare, ca aceea a taurilor.

Să ne bucurăm mai degrabă că suntem mai bogaţi prin însăşi „animalitatea" noastră şi că ne-am sporit posibilităţile sexuale.

Suntem norocoşi că avem mâini, în timp ce ele nu au decât ciocuri, gheare sau copite; şi atâtea alte mijloace de înţelegere şi de comunicare care ne permit nu doar o atingere, ci chiar o fuziune. Avem şi norocul de a fi într-o stare de permanentă dorinţă, pe când ele sunt limitate la perioade de rut. Şansa de a avea contacte sexuale pe cât de îndelungi le dorim, în timp ce ele au copulaţii extrem de scurte. Şansa de a avea o sexualitate ce poate fi desprinsă de reproducere.

Am separat atracţia, dorinţa şi contactul de automatismul reproducerii. Dar în natură, cea animală ori cea vegetală, atracţia şi tropismul, induse de semnale (mirosuri, culori ale penelor sau ale petalelor etc.), nu folosesc decât apropierii gârneţilor. Scindându-se de constrângerea perenităţii speciei, această dorinţă s-a transformat în senzualitate, sensibilitate, sentimentalitate. Umanizându-se, sexualitatea s-a metamorfozat în Iubire. Suntem nişte animale înzestrate cu nişte „putinţe", cu nişte „voinţe" care ne pot transcende, deifica — dar nu să ne facă angelici.

Orientalii au înţeles toate acestea cu mii de ani în urmă; nu se închină unor zei asexuaţi, iar idealul lor nu este să desexualizeze omul; la ei, erotismul şi spiritualitatea merg împreună.

Fiecare act al omului este sacru şi 11 înscrie în creatoarea vitalitate cosmică. Toate posibilităţile naturii umane pot accede la spiritualitate. Sexul nu este obiectul unor interdicţii, erotismul poate fi integrat în religie. De fapt. reprezentările erotice umplu cărţile sacre şi împodobesc templele; poruncile sacre vorbesc despre milă, dar şi despre erotism.

Amorul este odihna favorită a divinităţilor, iar omul ajunge să se contopească cu divinul prin iubire, supusă unui ritual elaborat. Plăcerea senzuală este supremul agrement al zeilor, iar pentru om, mijlocul de a accede la profunde extaze. „Bărbatul şi femeia, asemenea zeilor, îşi află tihna în jocurile amoroase. Bărbatul reduce lumea la trupul femeii, a cărui frumuseţe o

savurează prin îndelungi mângâieri. Femeia nu mai are ochi decât pentru trupul bărbatului, pe care-l face să tremure sub dezmierdările sale*[4] (12).

Rafinamentul senzual este, prin urmare, o datorie. HI se învaţă din textele sacre. Ansamblul poruncilor inspirate de Domnul cuprinde o sută de mii de capitole, dintre care o mie se referă la *Kâma,* adică la plăcerea dragostei. *Kama Sutra* este rezumatul acestora, scris între secolele I şi al II-lea.

Chiar şi tinerele fete trebuie să studieze *Kâma* înainte de a se căsători şi să continue şi atunci când sunt femei, aşa cum învaţă şi poezia, cântul, dansul, muzica, scrisul, calculul, croitoria, gătitul. Putem deplânge faptul că mamele occidentale, care le transmit propriilor fiice atâtea minunate reţete, şi taţii, care le dau fiilor atâtea sfaturi bune, nu le spun nimic despre erotism.

Ananga Ranga este un alt text de erotologie hindus, care datează din secolul al XV-lea şi a fost extras din cărţile sacre. Multe alte religii orientale şi extrem-orientale au înălţat erotismul la sacru şi i-au consacrat culegeri de precepte. „Într-adevăr, nicio bucurie, în această lume a muritorilor, nu s-ar putea asemăna aceleia pe care o aduce cunoaşterea Creatorului. Dar imediat după aceasta şi nefiind decât după aceasta, vin desfătarea şi plăcerea provocate de posedarea unei femei frumoase" (13).

Căci nu înseamnă să transformi omul într-un obiect dacă-l înveţi „ştiinţele umaniste" sau activităţile omeneşti. I se reproşează
Dr GtnrdUiai *>j
»are vreunei mame, vreunui tată, vreunui educator că transformă copilul într-un obiect sau într-o maşină atunci când îl învaţă să meargă, să vorbească, să scrie, să deseneze? Să dezvolţi potenţialul unei fiinţe omeneşti înseamnă s-o împlineşti, s-o umanizezi, chiar dacă este vorba despre senzualitate, cu următoarea rezervă: să faci toate acestea sub semnul afectivităţii şi al spiritualităţii.

Iată de ce metafora lui Balzac nu este deloc umilitoare pentru o feministă — cu atât mai mult cu cât poate fi aplicată şi în cazul bărbatului: „În iubire, femeia este, şi nu la suflet mă gândesc, o liră ale cărei taine nu se oferă decât aceluia ce ştie a o mânui."

Bineînţeles, iubirea care este spontaneitate, fantezie, poezie, creativitate nu poate fi sub niciun chip codificată. Îşi pierde din prospeţime, din originalitate, autenticitate, profunzime atunci când este rezultatul aplicării unor ordine şi reguli dictate din exterior.

Totuşi, cunoaşterea nu ucide nici spontaneitatea, nici creativitatea. Inspiraţia îndrăgostitului, plămădită din instinct şi tandreţe, rămâne; erotismul îi conferă mii de acorduri, mii de nuanţe. Erotismul înmulţeşte posibilităţile fără să alieneze libertatea; din cufărul plin de comori, amantul alege, atunci când este clipa, cele mai frumoase nestemate. Erotismul este o stare sufletească, ceea ce rămâne după ce am uitat totul; odată integrată cunoaşterea, individul nu se mai gândeşte la ea.

Iar dacă tratatele prescriu jocuri şi reguli ale jocului, o fac tocmai pentru a obliga la joc, pentru a călăuzi, pentru a da idei, pentru a lupta împotriva inerţiei ori a plictiselii. Să oferi noi resurse inseamnă să îmbogăţeşti şi nu să transformi într-o maşină, să sterilizezi; ceea ce mecanizează şi ucide libertatea este rutina, este lehamitea care urmează. Nimeni nu poate pretinde că are destulă imaginaţie şi îndrăzneală pentru a inventa şi a Încerca totul. Dacă iubirea este libertate, erotismul îi este mijloc.

Civilizaţiile extrem de pricepute în tot ceea ce ţine de erotism au elaborat şi codificat o întreagă artă de a iubi. Iar locuitorii acestor ţări nu par să se plângă. Dimpotrivă, consideră că amorul albilor este mult prea fad; cât despre albul care s-a înfruptat din rafinamentele orientale, se plictiseşte la culme în Occident. Pe corabia lui Eros, nu marea, ci instinctul ne poartă, nu vântul, ci tandreţea ne umflă pânzele, nu cârma, ci arta ne călăuzeşte.

În Occident, bărbaţii cred că ştiu totul din instinct şi, încre- zându-se pe deplin în inspiraţia lor, se consideră cei mai buni. Din păcate, inspiraţia îşi pierde repede suflul, iar senzualitatea seacă. Cât despre femei, ele nu îndrăznesc cu adevărat să afle mai multe. Nu este constructiv să respingem, plini de dispreţ, tehnica: instinctul, inspiraţia şi afecţiunea nu sunt mereu şi-n orice clipă de ajuns. „Instinctul nu se-nşală, dar nu ştie prea multe. Nu ştie decât să înfierbânte trupurile" (14).

0 cunoaştere reciprocă

Între bărbat şi femeie există o disimetrie erotică. Pentru a face ca cele două erotici să coincidă, este mai indicată cunoaşterea decât bâjbâiala şi eşecul. Această disimetrie este triplă: anatomică, fiziologică şi masturbatorie.

Morfologia celuilalt sex este, mult prea adesea, puţin cunoscută; or, dacă, potrivit lui Freud, anatomia este destinul, atunci, invers, destinul este anatomie. Să nu fim ipocriţi: ca să te „serveşti" de propriul tău trup sau de trupul celuilalt, trebuie să-i cunoşti anatomia. Te poţi oare orienta într-o ţară necunoscută dacă nu ai o hartă? Iată de ce vom studia mai departe geografia erotică. Această cunoaştere practică este, totodată, estetică: descoperirea şi explorarea din privire a tuturor misterelor corpului femeii sunt fabuloase.

De asemenea, este important să ne aducem mereu aminte de diferenţele fiziologice dintre sexe: în principiu, femeia se înfierbântă treptat. În *Kama Sutra* aflăm deja următoarele precepte: „Dacă
DrOrardlrieu 10$
bărbatul face ca actul să dureze mult tiir», femeia îl iubeşte mai mult, iar dacă îl înfăptuieşte repede, ea este nmulţumită de el... Aşa cum trebuie să pregăteşti coca pentru a coae pâinea, la fel trebuie să-ţi pregăteşti femeia pentru actul sexual, <acă vrei ca ea să fie satisfăcută". Invers, bărbatul este rapid, căci îiireaga sa eroticitate şi pulsi- unile sale sunt concentrate în penis, ¿te însufleţit de o violentă dorinţă de a penetra.

În sfârşit, fiecare sex şi-a făcut sigur educaţia erotică, prin autostimulare, şi a căpătat, de multă /reme, deprinderi specifice sexului şi personalităţii sale. Bărbatul are obiceiul unei ejaculări exprese şi unice prin frecarea rapidă şi gosieră a membrului. Femeia arc experienţa unei ascensiuni lente şia unor acmee în salturi; ea acţionează prin mângâierea diverselor *>ne erogene (corpul întreg, sânii, clitorisul, vaginul etc.) şi stimulaea zonelor erogene centrale (clitorisul, vaginul). Gesturile ii sunt adsea elaborate şi precise.

Nimeni nu-şi cunoaşte decât propiul trup şi propria-i erotică; cum să o aplici altuia, atât de diferit? Om să fii eficient asupra unor zone erogene pe care nu le ai?

0 cale nou

ăSă dezvolţi relaţia hedonică, să măreşti câmpul plăcerii înseamnă să faci cuplul să dureze. Acesta era unuldintre obiectivele celor două cărţi, *Kama Sutra* şi *Ananga Ranga*. Nonenclatorul diverselor tipuri de mângâieri, sărutări, muşcături şi zgâieturi pe care le prezintă, în mod poetic şi pueril, felul în care enună regulile jocului, urzeala lor au ca scop să incite la varierea activit;ţilor, la compensarea neputincioasei imaginaţii şi la lupta Împotriva lenei. Nu este vorba nici despre libertinaj, nici despre munci d< ocnaşi. Pe partiturile sugerate, cuplul compune la nesfârşit spontane improvizaţii mulţumită cărora evită plictiseala. „Erotismul vine aici în ajutorul moralei...; principalul motiv al despărţirii soţilor, acela care-l impinge pe bărbat în braţele unor femei străine, iar pe femeie în braţele unor bărbaţi străini, este lipsa feluritelor plăceri şi monotonia.... dar dacă variază plăcerile partenerei sale, soţul poate trăi cu ea ca şi cum ar avea treizeci şi două de femei diferite" (15).

Căci amorul se uzează. Când primele tulburări ale simţurilor trec, când vârtejul sentimentelor se îndepărtează, trebuie aflată o nouă cale. în cazul sentimentelor, o astfel de calc poate fi „iubirea din milă" despre care vorbeşte Albcrt Cohen sau „iubirea din compasiune" pe care o prezintă David Cooper. Pentru simţuri, rafinamentele erotice alcătuiesc această cale. Altfel, adio, soţie, bun găsit, amantă! La revedere, bărbate, bine-ai venit, iubitule! Rutina conjugală ţine, dar numai până la un punct: întâlnirea unui bărbat sau a unei femei extrem de pricepuţi în arta de a iubi. Şi-atunci, cuplul este în pericol de moarte. „Din lipsă de imaginaţie şi de motivaţie..., ei nu mai ştiu să reînsufleţească interesul sexual pentru propria lor relaţie, iar singura diversitate care le vine în minte constă în diversificarea partenerilor" (16).

Bărbatul trebuie să afle că femeii îi place erotismul, uneori chiar mai mult decât lui, că apreciază varietatea şi

noutatea. Invers, femeile să ia aminte la cele declarate de bărbaţi, ca răspuns la întrebarea lui Pietropinto (17): „Ce anume face dintr-o femeie o iubită priceputâ?" „O asemenea femeie este aceea care oferă varietate, absenţa rutinei, imaginaţie, inovaţie, iniţiativă, implicare, atenţie, cea care juiseazâ, dar care şi provoacă juisarea: este o femeie receptivă, pasională." Potrivit anchetei autorului, 50% dintre bărbaţi declară că raporturile sexuale dintre soţi sunt plictisitoare.

Arta de a iubi este o îndatorire faţă de sine şi faţă de celălalt. Faţă de sine, căci senzualitatea este o parte din noi — dacă nu chiar miezul nostru —, un teritoriu încă necunoscut. De ce să rămâi toată viaţa un subdezvoltat sexual şi să mori fără să-ţi fi cunoscut pe de-a-ntregul

fiinţa erotică? Sexualitatea iese dintr-un ghetou de mii de ani, iar de această descătuşare trebuie să profităm pentru a ne îmbogăţi cunoştinţele despre juisare şi pentru a-i savura fericitele jocuri libere. Faţă de celălalt, căci noi suntem, în parte, răspunzători pentru împlinirea senzuală a celui sau a celei cu care trăim. Avem datoria de a-i fi un partener foarte bun şi de a-i dărui cât mai multă plăcere cu putinţă. Cine oare ar accepta să ofere numai bucate imposibil de mâncat sau să fie un partener execrabil la tenis? Viaţa sexuală este, în alt fel, importantă. Este liantul, este sarea şi piperul cuplului. Câtă risipă de viaţă şi câtă fericire spulberată de ignoranţă şi indolenţă! Câte tulburări psihosomatice datorate frustrărilor de mângâieri!

Limitele „tehnicii"

Cunoaşterea erotismului prin învăţarea tehnicii îşi are propriile limite. Căci nu este de-ajuns să fii un tehnician talentat pentru a fi un bun amant; trebuie să pui şi inimă, şi suflet. Un virtuoz nu este. nu neapărat, un mare muzician. Şi ce este ştiinţa fără de inspiraţie? Ce este amorul fără de Iubire, chiar dacă îi spunem pe numele cel mic, tandreţea. Omul nu se poate detaşa de propriul suflet. În mângâiere există spiritualitate. Chiar şi pe scurta cale a unei iubiri trecătoare tot drumeţi suntem.

Pe plan practic, există, în gestul erotic, o parte indescriptibilă, de necodificat. Oricum am analiza-o, din punct de

vedere anatomic, fiziologic şi al modurilor de stimulare, nicio metodă nu poate reda toate nuanţele inerente operei. Există întotdeauna o parte care nu poate fi teoretizată. Aşa cum i-ar fi fost imposibil lui Debussy să spună cum a compus *Marea**;* în ciuda tehnicităţii artei muzicale, rămâne un „indicibil". Căci dacă există reţete pentru a face simfonii, nu există niciuna pentru a crea tocmai *Marea*.

Ca pentru oricare altă realizare omenească, se pare că există fiinţe mai înzestrate decât altele pentru erotism, pentru mângâiere. în realitate, cei mai mulţi oameni sunt inhibaţi — din tot felul de motive — şi înţepeniţi într-o rutină sexuală. Totuşi, fiecare îşi poate dezvolta eroticitatea mâinilor şi a pielii prin practică şi să-i prindă gustul. Cunoaşterea teoretică ajutând instinctul, putem dezmierda în mod plăcut, numai să ne lăsăm în voie.

Dar mai trebuie să existe şi o minimă iubire pentru celălalt, pentru că cea care inspiră este iubirea. S-ar putea spune că nu există vreo femeie sau vreun bărbat neîndemânatic, ci numai fiinţe deloc sau prea puţin iubitoare...; afectivitatea este condiţia plăcerii tuturor dezmierdărilor. Absenţa tandreţei din partea celui care oferă, dar şi a celui care primeşte transformă orice gest în ceva mecanic. Separarea erotismului de universul afectiv înseamnă sterilizarea lui; mângâierea nu mai este decât un gest al mâinii, învăţat aşa cum se învaţă un sport sau o meserie; manualul amantului perfect îţi arată cum să-ţi foloseşti degetele sau limba şi cum să potriveşti unele părţi anatomice. Dar cel sau cea care şi-ar pune în practică fără pic de însufleţire ştiinţa într-ale dezmierdărilor, doar în scopul de a obţine pentru el(ea) însuşi(înşăşi) cât mai multă satisfacţie sexuală şi coitul, ar transforma partenerul(a) într-un obiect. Nimic nu este mai devalorizant pentru fiinţa umană decât această manipulare, chiar dacă partenerii, de comun acord, nu vizează decât un maxim de juisare „tehnică". Li se va face lehamite de aceste prestări de servicii sexuale, lipsite de împărtăşirea unor emoţii profunde.

Fericiţi aceia care iubesc, căci afectivitatea este mai importantă decât ştiinţa în relaţia trupească dintre un bărbat şi o

femeie. Vocea fiinţei iubite sau simpla atingere cu doar vârful degetelor exaltă mai mult decât cele mai savante mângâieri.

Ultima limită a tehnicii este variabilitatea simţirii, în funcţie de subiecţi şi în funcţie de zile. Gusturile şi culorile în materie de

Dr.GirordLttai >09

senzualitate sunt infinite... Ceea ce este bun pentru Isabelle nu va fi astfel pentru Nathalie sau Bénédicte; punctul sensibil al lui Jim nu va fi la fel pentru Jules.

Chiar şi în cazul unui individ anume, senzualitatea se schimbă odată cu vârsta: depinde de starea de anxietate, de preocupări, de sănătate, de anotimp, de fazele lunii, de ziua săptămânii şi, în cazul femeilor, de cronologia menstruală. (Un flux de senzualitate survine în timpul ovulaţiei sau al menstruaţiei.)

Limbajul mângâierii

Aşa cum este plăcere, mângâierea este şi limbaj. Desigur, prin voce, privire, oamenii comunică; dar atunci când două fiinţe doresc să meargă mai departe într-o relaţie, aceste mijloace par „virtuale", iar celălalt, încă departe. Doar contactul aduce dovada tangibilă, palpabilă că el vă este aproape, comunicând, că sunteţi o făptură vie, o fiinţă sexuală dorită. Doar apropierea fizică satisface profunda dorinţă a omului de a evada din singurătate.

Mângâierea are infinit mai mult sensuri decât coitul — cel puţin, aşa cum este el înjosit de obicei —, iar registrul ei are nesfârşit de mai multe nuanţe. Rutul înseamnă apropriere, consumare, ostoire: îşi poartă în sine sfârşitul, distrugerea. Mângâierea este acel ceva care face să existe, este veşnică promisiune. Rutul este ceea ce transformă femeia într-un obiect, mângâierea o face subiect. Rutul este un monolog, mângâierea, un dialog. Rutul este onomatopee, mângâierea este cuvânt.

Când mama dezmiardă fruntea sau masează burtica micuţului ei bolnav, ea vrea să-i spună „Sunt aici, liniştește-te", iar copilul, care se calmează, nici nu aude altceva. Dacă îndrăgostita îşi mângâie iubitul pe cap, vrea, desigur, să-i transmită un val de tandreţe; iar dacă el îi răspunde strângând-o uşor de braţ, ca înţelege: „Îţi mulţumesc, şi eu te iubesc."

Totuşi, să încercăm să mergem mai departe: să vedem ce înseamnă a mângâia şi a ii mângâiat.

De la încredere la iubire

A te lăsa mângâiat înseamnă: „Am încredere.” „Deschizând spontan braţele, prin atingere, dar şi prin cuvânt, un bărbat şi o femeie îşi reafirmă încrederea reciprocă şi-şi reînnoiesc jurământul” (18).

Poate că este nevoie de mai multă încredere pentru a te lăsa dezmierdat decât pentru a face dragoste. În mângâiere, ne oferim întregul trup. gol şi, adesea, în plină lumină: în coit, putem rămâne îmbrăcaţi şi stinge luminile. Aşa se întâmpla în epoca victoriană. Aşa se mai întâmplă şi acum...

Trebuie să ne învingem pudoarea sau, mai degrabă, pudorile. Pudoarea morală inculcată de cultura şi religiile occidentale consideră goliciunea indecentă, din chiar clipa în care o fiinţă umană ajunge la vârsta raţiunii: şi mai cu seamă femeia este condiţionată să-şi ascundă trupul şi să interzică şi cel mai neînsemnat contact.

Fiinţa umană — îndeobşte femeia — se teme de părerea pe care şi-o va face celălalt despre frumuseţea corpului ei. Cea mai mare pudoare a femeii nu este atât de esenţă etică, ci estetică. Mai narcisică decât tovarăşul ei, mai grijulie cu propria-i frumuseţe, ea se teme să-şi dezvăluie imperfecţiunile în această trecere în revistă a detaliilor pe care o constituie confruntarea intimă cu masculinul. Dintr-o anchetă pe care am realizat-o, reiese că doar o femeie dintr-o mie este satisfăcută de trăsăturile şi formele ei. „Fără îndoială, o Phryne” nu se teme de priviri, dimpotrivă, se dezbracă cu mândrie: frumuseţea
Dr «rari Weu m
ei o înveşmântează. Dar, chiar dacă ar fi la fel de frumoasă ca Phryne, ıı lată n-are de unde să ştie cu certitudine acest lucru; ea nu poate avea orgoliul arogant al trupului ei atâta timp cât sufragiile mascu- line nu i-au confirmat tânăra vanitate; şi chiar aceasta o înspăimântă; amantul este mai redutabil decât o privire; este un judecător; o va revela sieşi, în adevărul ei; [...] de aceea, cere să se facă întuneric, se înfăşoară în cearşafuri [...]”* (19).

În sfârşit, plăcerea ne face mai slabi, căci smulge măştile: cea pe care ne-o formăm, cea pe care ne-o alcătuim prin cosmetice şi veşminte. Plăcerea alungă mândria, rolul pe care-l jucăm. îi oferim celuilalt un chip cu expresii spontane şi indecente, un corp abandonat fără reţinere pe care voluptatea il dezgoleşte încă şi mai mult.

A te lăsa mângâiat este şi o mărturisire: „Te doresc, dăruieşte-mi plăcere.” Şi o dezvăluire: „Am nevoie de destindere, vreau să fii odihna-mi de războinic (de războinică), să-mi alini nemulţumirile, să-mi pansezi rănile.”

Pentru mulţi, este şi încredinţare: „Am nevoie de apărare şi siguranţă, căci sunt plăpând(ă), sunt plin(ă) de teamă”. Subiectul care-şi dăruieşte trupul dezgolit îşi mărturiseşte astfel fragilitatea; el face gestul de smintită nădejde şi foarte riscant — pentru că astfel poate să renască sau să moară — al câinelui învins ce-şi lasă carotida la mila învingătorului. Contactul oferă siguranţă, mai ales dacă face parte dintr-un dialog intim care nu începe şi nici nu sfârşeşte în pat.

În sfârşit, să te laşi mângâiat înseamnă să ceri tandreţe şi iubire; invers, înseamnă să declari: „Te iubesc” sau echivalenţii lui: „Ţin la tine, te respect”... Căci a avea încredere, a te oferi, a-ţi mărturisi nevoile erotice înseamnă să afirmi: „Pe tine te-am ales — sau pe tine te accept — pentru a mă dezvălui ţie, pentru a-mi satisface aspiraţiile. În tine mă încred, pe tine te doresc”. A te lăsa mângâiat înseamnă să te recunoşti ca fiinţă demni de dorinţă şi de iubire.

Ofranda reciprocă

A mângâia înseamnă: „Te doresc, vreau să-mi oferi plăcerea de a te dezmierda, vreau să-ţi ofer plăcerea dezmierdării”. înseamnă, prin urmare, a cere şi a dărui plăcere; căci atingerea permite primirea şi, simultan, oferirea unor senzaţii agreabile. O femeie care mângâie chipul soţului ei încearcă o plăcere pe care o retransmite, prin vârful degetelor, partenerului. Acesta resimte o plăcere pe care o întoarce mâinii feminine. Astfel, se stabileşte un dublu flux de bucurie tactilă.

A mângâia înseamnă şi să te oferi ca ajutor, să întinzi o aripă protectoare, să te transformi în port salvator. înseamnă să

primeşti acasă. Să devii izvor de afecţiune. Dar mângâierea este mai puţin o dovadă de iubire decât faptul de a te lăsa mângâiat, pentru că dorinţa de trupul celuilalt, celeilalte, mai ales dacă este frumos, poate fi dorinţa de un obiect frumos al sexului opus.

În registru psihologic, aşa cum se-ntâmpla şi-n cazul beneficiului hedonic, cel care dezmiardă primeşte — şi cere — tot atât cât oferă. Şi întotdeauna există o speranţă de reciprocitate. A mângâia înseamnă şi a bate la o uşă, a te strecura sub o umbrelă, a te insinua într-un suflet. Unii psihologi merg până

acolo, încât afirmă că, mângâind, ne mângâiem pe noi inşine, pe copilul care încă suntem. Dar ce mai contează, din moment ce o vom face şi mai bine ?

Capitolul i Plăcerea mângâierii

Valoarea specifică a mângâierii, ca modalitate de a oferi plăcere, este prea puţin cunoscută. Este, se crede, o pierdere de timp, un obstacol care intârzie penetrarea; în cel mai bun caz, o folosim în pregătirea acestei penetrări, în preludii.

Reciprocitatea

Mângâierea ne aduce plăcere nouă, dar şi partenerului. Plăcerea celuilalt ni se întoarce sub forma unor manifestări de-abia perceptibile sau, dimpotrivă, extrem de vii; când această plăcere reflectată ne atinge, ne-o amplifică pe a noastră şi se întoarce la partener(ă) în dezmierdări încă şi mai pline de eroticitate. Plăcerea dintre cei doi actori se înzeceşte printr-un joc de oglinzi; desfătarea lui o recompensează şi o stimulează pe a noastră; în schimb, il(o) mulţumim printr-o dezmierdare încă şi mai minunată.

Of. Cirort Lrieu 115

Cel care mângâie trebuie, prin urmare, să caute să provoace în celălalt o optimă stare de bine tocmai pentru a avea

parte de cât mai multă fericire. Departe de a fi altruistă, dezmierdarea este de un egoism savuros. Plăcerea erotică este culmea egocentrismului într-un maxim de altruism.

Se cuvine ca, la rândul lui, cel care este mângâiat să-şi mani- Ieste mulţumirea pentru a o amplifica pe cea a partenerului; dacă este doar de o pasivă amabilitate sau, mai rău, indiferent, entuziasmul celui care dezmiardă se pierde pentru ca, mai apoi, să dispară cu totul; să atingi pe cineva inert c ca şi cum ai pipăi sau ai dialoga cu un gisant.

Tactilul fiind un simţ extrem de fin, comunicarea tactilă este o comunicare privilegiată, iar mângâierea nu poate minţi: mângâiat şi mângâietor vor percepe dorinţa, înţelegerea — dar şi repulsia, teama, lipsa de căldură, plictiseala celuilalt.

Starea de receptivitate

„Crede-mă, nu trebuie să goneşti spre împlinirea voluptăţii, ci s-o dobândeşti pe nesimţite prin întârzieri ce o amână", scria Ovidiu în *Arta iubirii*.

Şi mereu goniţi... Opriţi-vă, opriţi nebuneasca fugă spre-nainte. Calmaţi-vă. Ascultaţi, ascultaţi-vă. Deschideţi-vă larg simţurile. Scoateţi-vă toate antenele. Uitaţi-vă grijile. Lăsaţi toate belele afară: patronul, directorul, facturile, formularele. Căci viaţa e mult mai importantă decât aceste tracasări. Mai adevărată. Mai densă. Mai caldă. Existaţi aici şi acum. Lăsaţi trecutul, trecutului şi viitorul, viitorului. Trăiţi în clipă. Nimic altceva nu mai contează în afara palpitaţiilor inimii şi trupului. Acesta-i adevăratul „eu". Şi nu marioneta socială care se agită cât e ziua de lungă. Fiţi voi, întoarceţi-vă acasă.

Şi iată cum vă tresar trupul şi inima sub dezmierdare. Cum tresar când flăcările amurgului vă cuprind ochii, când trilurile sturzilor vă incântă urechile într-o dimineaţă de primăvară sau când sucul unei piersici vă inundă gura. Gustaţi mâna care de-abia v-atinge pielea. Savuraţi pielea care vă freamătă sub degete.

Cel(cea) care mângâie trebuie să se bucure de propriile sale senzaţii tactile; să simtă sub degete toate nuanţele pielii: fineţe, căldură, textură, onctuozitate, fremătări, magnetism.

Trebuie să-şi asculte partenerul(a) cu pielea, cu urechile, cu ochii. Trebuie să fie foarte atent pentru a percepe reacţiile nonverbale.

Senzaţiile tactile sunt aproape imperceptibile. Este un fel de magnetism care atrage şi reţine vârful degetelor, un soi de beţie a pielii, un dialog al epidermelor, căci epidermele îşi vorbesc; aceste fenomene nu sunt doar pură poezie: prin asemenea impresii subiective atât de firave, digitopunctorii şi acupunctorii caută punctele de impact.

Piloerecţia pe care hinduşii o considerau un excelent criteriu al juisării, freamătele şi tremurăturile sunt un adevărat limbaj al iubirii.

Modificările respiraţiei — suspinele, gâfâiturile, respiraţia întretăiată — indică gradul de plăcere. „Soţul trebuie să-şi continue acţiunea până ce vede puful de pe trup zbârlindu-se şi până ce aude «sitkara»'. Este zgomotul de «ss! ss! ss!» produs de aerul aspirat printre dinţii încleştaţi. Este dovada unei mari juisări" (20). Orientalii au inventariat toate zgomotele emise în timpul plăcerii şi le-au dat denumiri bucolice. Printre ele, se găsesc şi sunetele nearticulate, onomatopeele, gemetele, cuvintele scurte.

Mişcările mâinii: atingerile uşoare, apăsările, pişcăturile, strângerile, înfigerea unghiilor, zgârieturile adânci etc., muşcăturile sunt tot atâtea semne ale plăcerii.

Cel(cea) care primeşte mângâierea trebuie să se concentreze asupra propriilor simţiri, să-şi păndească propriul trup. Trebuie să-şi
DrOirordmtu 117
exprime, fără nici urmă de ezitare şi În mod clar, dorinţele: să precizeze zonele sale erogene preferate, să-şi călăuzească partenerul(a) în căutări. Dacă mâna ori gura nu se află chiar acolo unde trebuie sau dacă se îndepărtează, dacă ritmul şi mişcarea nu sunt satisfăcătoare, trebuie să o spună sau să-i ia mâna şi să-i arate de ce anume are nevoie. Şi să-i dea de ştire dacă trebuie să continue şi s-o ia de la capăt. Trebuie să vorbească cu tandreţe, să încurajeze şi chiar să laude: „E bine, dar ar fi şi mai bine astfel; devii maestru".

Viaţa sexuală se ameliorează atunci când învăţăm să vorbim.

Perls, întemeietorul gestaltismului, este cel care a descoperit în psihoterapie importanţa atitudinii *hune et nune* — „aici şi acum". Masters şi Johnson au aplicat-o, sub denumirea de „*sensate focus* sexualităţii: fiecare minut trebuie trăit ca şi cum ar fi unic, omul trebuie să se concentreze asupra trăirii subiective; în sine, fiecare senzaţie este bună atunci când nu există vreun plan. Aceasta este una dintre tehnicile lor de tratament în cazul tulburărilor sexualităţii: mângâieri de dragul mângâierii, pe care le preconizează într-o primă etapă, ii destind pe subiecţii anxioşi; nimeni nu trebuie să-şi pună acele întrebări angoasante care anticipează eşecul: o să fac bine dragoste, o să fiu îndeajuns şi destulă vreme excitat, o să am un orgasm?

Groddeck, genial provocator, scrie: „Am impresia că, în viaţă, lucrul cel mai greu este să te laşi în voie, să pândeşti şi să urmezi vocile «Se-ului» atât pentru aproapele tău, cât şi pentru tine. Dar merită cu prisosinţă. Puţin câte puţin, redevii copil şi ştiţi prea bine: aceia dintre voi care nu vor deveni nişte copii nu vor păşi nicicând în regat. Ar trebui să renunţăm la «joaca de-a oamenii mari» din dipa-n care împlinim douăzeci şi cinci de ani; până atunci, avem nevoie de acest joc pentru a creşte, dar mai apoi nu mai este de folos decât în rare cazuri de erecţie. Ar trebui să nu mai luptăm împotriva moleşelii, să nu ne mai ascundem nici de noi înşine, nici de ceilalţi, am avea nevoie de această relaxare, această flaciditate, această stare de complet abandon" (21).

Ceasul mângâierilor

Nu există vreun timp sau loc anume pentru mângâierile dăruite de dragul mângâierilor. Se pot oferi de dimineaţă până seara şi de seara până dimineaţa, în picioare, aşezat, culcat, dezbrăcat, pe jumătate dezbrăcat, îmbrăcat, în bucătăric, sufragerie, maşină, grădină, prin păduri. Este o manifestare sem¡permanentă care se strecoară în nopţi şi zile, dovedind afecţiune şi întreţinând dorinţa.

Bineînţeles, numai în confortul poziţiei culcat, dezbrăcaţi fiind, într-un loc intim şi într-o secvenţă de timp anume păstrată ne vom putea bucura cel mai bine de mângâieri. Să învăţăm să renunţăm, din când în când. la un program la televizor sau la o ieşire pentru a ne acorda o seară (sau o după-amiază sau o dimineaţă) de intimitate şi dezmierdări. Este singura bucurie pe

care ne-o putem oferi, indiferent de cât de bogaţi ori săraci am fi. Şi, fără îndoială, unul dintre rarele momente de încredere, de apropiere şi destindere.

Kama Sutra descrie, într-un limbaj extrem de poetic şi cu mult rafinament, aceste seri de intimitate, pregătirile, primirea, desfăşurarea: camera împodobită cu flori şi înmiresmată de esenţe aromatice, iubiţii îmbăiaţi şi parfumaţi, cu respiraţiile purificate, conversaţiile plăcute, dulciurile oferite de amantă, sucurile de fructe servite de amant „ce-i va da să bea dintr-o cupă pe care o va ţine în propria-i mână". îndrăgostitul îşi va duce draga la fereastră, luna este şi ea prezentă la întâlnire, „şi-i va arăta diversele planete, luceafărul de dimineaţă, steaua polară şi Ursa Mare".

Fericiţi orientali, fericită epocă!... Dar nu depinde decât de noi să ştim să trăim asemenea. Şi când decorul este aranjat, când poezia şi-a desfăşurat volutele — vine inefabila clipă a scrierii pe fila albă a trupului gol al fiinţei iubite.

Unele persoane nu ştiu să se destindă şi să profite de tihna timpului care trece şi de mâinile care le ating. Vor reuşi să se relaxeze — trup şi suflet — respirând mai liber. „Nu reuşim să avem raporturi sexuale pe deplin satisfăcătoare şi pentru că nu ştim să
Or Orari Weu ng
respirăm profund. Ne ţinem răsuflarea..." Majoritatea oamenilor îşi ţin respiraţia pentru a-şi bloca emoţiile. Or, „respiraţia şi sexualitatea sunt inseparabile... Este bine cunoscut faptul că respiraţia este stimulată şi amplificată de excitaţia sexuală; dar, în general, nu se ştie că o respiraţie superficială şi defectuoasă îi reduce intensitatea. Orice restricţie a mişcărilor respiratorii împiedică propagarea excitaţiei şi exilează senzaţia în zona genitală". Invers, o respiraţie amplă „mobilizează întregul trup" şi senzualitatea generală. „Respiraţia este pulsi- unea fundamentală a întregului corp; prin urmare, se află la baza plăcerii... Când ne facem timp să respirăm cum trebuie, zădărnicim, până într-un anumit punct, presiunile exterioare" (22).

Pentru a vă spori sensibilitatea şi pentru a vă destinde, faceţi de patru sau de cinci ori această respiraţie sofrologică[6]: inspiraţi profund pe nas. coborându-vă cât puteţi de mult diafragmul (adică inspirând cu abdomenul); blocaţi acrul câteva secunde; expiraţi pe gură, până simţiţi că nu mai aveţi aer, ca într-un suspin lung şi profund. Oboseala vă dispare, nervii se destind, iar antenele senzoriale se desfac.

Oricine poate beneficia de mângâierea de dragul mângâierii, în fiecare zi, la orice vârstă, chiar şi la bătrâneţe. Este binevenită şi în zilele de obosealã, boalã, indispoziţie sexuală (infecţii, herpes), menstruaţie (dar aceste perioade nu sunt tabu), sfârşitul sarcinii şi în timpul sarcinilor cu probleme.

Mângâierile de interludiu îşi au locul în timpul activităţii coitaie sau în pauze, aşa cum vom vedea când vom vorbi despre „mângâierea interioară". Sunt dezmierdări dăruite din tandreţe, din posesi- vitate, din dorinţă: ele multiplică senzaţiile; folosesc, de asemenea, la menţinerea sau stimularea excitaţiei în timpul pauzelor. Toate zonele accesibile, faţa, gura, sânii, corpul Întreg primesc mângâieri pe care mâinile, gura, părul... le oferă din plin.

Pe când dezmierdările preliminare ale preludiului aveau un impact mai degrabă fiziologic, mângâierile de „după amor" au o dimensiune psihologică preponderentă: alcătuiesc o autentică demonstraţie de tandreţe.

Pentru femeie, aceasta-i dovada recunoştinţei bărbatului; pentru cea care a fost frustrată de orgasm, mângâierile contribuie la reducerea tensiunii sexuale şi la inducerea unei destinderi nervoase. Aceste semne de generozitate sunt extrem de importante pentru femeile care detestă comportamentul egoist al bărbatului ce le abandonează, se întoarce pe partea cealaltă şi adoarme.

---

6 JO ***Ci.*** **Ion** Minau«, **Lucian Radu-Ceng, *Introducere Ut psihologia orientală.* Editura Piyche. Bucureşti. 2002, p. 272: „Tehnicile yoga ţi zer» au inspirat o ţcoaU ştiinţifici, fondaţi În anul 1960. tn Spania, de citrc ncuropsihiatnil Alforuo Caycedo. sub numele de *tofro- logie.* De fapt, sofrologia erte o metodi de studiu ţi terapie În scopul atingerii unui echilibru personal ţi relaxare fizici ţi mentali de tip ten". (iV.I.)**

Pentru bărbat, dezmierdările sunt mărturia recunoştinţei femeii fericite ori satisfăcute. Dar şi un moment de tihnă, căci el poate prezenta o fază de epuizare sau tristeţe.

Cu trupurile îmbrăţişate, cu membrele înlănţuite, cu inimile bătând în acelaşi ritm, iubiţii adorm Liniştiţi

.Capitolul 8 **Paranteză**

Care este locul mângâierii în schimburile dintre femeie şi bărbat? Cum să o situăm în desfăşurarea actului sexual? Pentru a afla, să amintim cele trei scene ale răspunsului sexual feminin şi masculin: faza de dorinţă sau de excitaţie, faza de paroxism sau de explozie, faza de rezoluţie.

Dorinţa

Poate urca progresiv asemenea unei maree sau să se-nvolbure precum marea în golful Mont-Saint-Michel sau chiar să se ivească pe neaşteptate ca un flux. Vocea fiinţei iubite poate fi de-ajuns pentru a o suscita; chiar adusă de un telefon din regiuni îndepărtate, ca poate provoca tulburări pe cât de plăcute, pe atât de precise. Vederea dragului ori a dragei declanşează, evident, o frumoasă vâlvătaie de dorinţă. Dâra şi aura sa de parfumuri o fac să crească şi atunci
Or.Gffurdldflj 123
când el sau ea este foarte aproape, un buchet de miresme — inclusiv miresmele dorinţei înseşi — înteţeşte focul. Dar, bineînţeles, prin mângâieri şi săruturi capătă emoţia senzuală proporţiile de incendiu general.

Această excitaţie se poate înscrie în preludiile la coit ori să corespundă mângâierii de dragul mângâierii. Plăcerea este resimţită în minte, ca o exaltare psihică, oarecum comparabilă cu anumite tipuri de beţie; dar este şi o stare de bine a întregului trup care exultă; şi este mai ales un mănunchi de voluptuoase senzaţii care îşi au sălaşul în zonele genitale.

De fapt, organele genitale şi îndeosebi corpii erectili se umplu, printr-o vasodilataţie, până la refuz de sânge; intumescenţa îi face să se umfle, să se înalţe, să se încălzească şi să se înroşească. La femeie, clitorisul devine roşiatic şi îşi dublează sau chiar triplează volumul (congestia corpilor cavernoşi). Labiile mari capătă o nuanţă de un roşu-aprins şi se îngroaşă; feţele interne se umflă, asemănându-se fructului de mango, la nivelul orificiului vaginal (congestia bulbilor). Nimfele, pline de sânge, au culoarea crestei cocoşului.

Toată suprafaţa vaginului capătă nuanţa carminului. Jumătatea inferioară se umflă în formă de cerc (congestia plexului perivaginal): este inelul pe care femeia îl trece pe membrul bărbatului; el strânge, cu voluptate şi tandreţe, baza penisului, stimulând punctul erogen A (vezi schema), provocând o reîntoarcere a erecţiei, masând întregul penis care alunecă, ţinându-l şi reţinându-l pe bărbat, lipindu-se şi contopindu-se cu el. Treimea superioară se dilată asemenea unui montgolfier, prin expansiunea fundului de sac în jurul axei colului, lăsând glandul masculin erect în voie. Toate organele pelvi- sului se congestionează: uterul, ovarele, anusul, vezica, peritoneul, intestinele.

La bărbat, glandul se umflă şi se colorează intens în roşu-violaceu, asemenea unei adevărate sfere

de foc. Membrul se ridică prin angor-jarea corpilor cavernoşi şi spongioşi. Congestia atinge scrotul, testi-culele, prostata, vezica

.Vasodilataţia se extinde la toată pielea care se înroşeşte pe ici, pe colo sau pe întreaga suprafaţă; şi arde de parcă în ea s-ar fi incrustat praf solar. Dorinţa se simte, se resimte, se vede. Buzele şi sânii se nuanţează la rândul lor într-un roşu-intens, împodobind trupul femeii cu aureole de plăcere pe care bărbatul le suge ca pe-o portocală sanguină.

tn timp ce vasele de sânge încep să zvâcnească, un alt fenomen exprimă dorinţa, şi anume contracţia muşchilor voluntari şi involuntari ai regiunilor genitale. Muşchii pcrineului se contractă (peri- neul este împletirea de fascicule musculare care închid podeaua bazinului, cheia de boltă fiind „ridicătorul anal"); de asemenea, se contractă şi muşchii care înconjoară cele trei orificii ce străpung perineul (uretra, vaginul, anusul). în plus, la femeie se strâng fibrele musculare care ancorează clitorisul şi cele care înfăşoară vaginul. La bărbat, fibrele musculare ale penisului se intind. Plăcerea este provocată de această agreabilă congestie care umflă şi încălzeşte zonele genitale şi de uşoara tensiune a muşchilor acestora; la care se adaugă savuroasele atingeri ale receptorilor cutanaţi.

în sfârşit, ultimă manifestare a dorinţei, la nivelul organelor sexuale este secretat un lichid menit să le lubrifice. La femeie, totalitatea mucoaselor şiroieşte de o încântătoare şi limpede apă, lin curgătoare, provenită dintr-o rouă a iubirii pe care o perspiră suprafaţa vaginului şi glandele Bartholin. Ha izvorăşte din vagin, se scurge în cascade pe pliurile labiilor mici, se desparte în pârâiaşe pe pante şi scaldă toată vulva, revărsându-se în valuri, dacă într-adevăr e sărbătoare, în desişul pubisului şi pe partea dinăuntru a coapselor. La bărbat, un talaz de spermă lăcuieşte strălucirea glandului.

în timpul acestei faze de excitaţie, inima bate mai repede şi mai tare, tensiunea arterială creşte, pupila, cercul central al irisului, se dilată; acestei midriaze se datorează strălucirea şi fascinaţia privirii îndrăgostiţilor; ea constituie un semnal sexual primitiv care exaltă arhiencefalul, sediul pulsiunilor. După o ascensiune, fenomenele de excitaţie ating un nivel maxim şi se menţin astfel: este faza de platou.

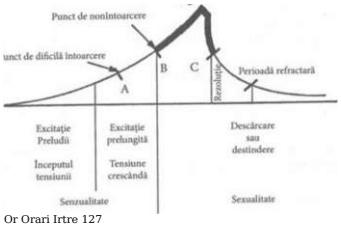
Dr Cerofd irifu 1^5

În mângâierea de dragul mângâierii, nu se trece mai departe. În mângâierile menite să provoace orgasmul, excitaţia ţâşneşte într-un brusc paroxism.

Explozia

Cuvântul orgasm vine din grecescul *„orgao”* care înseamnă fierbere. Este cea mai intensă experienţă de plăcere. Invadează întreaga conştiinţă ce capătă atunci o calitate anume pe care am putea-o numi stare extatică. Şi, efectiv, este asemănătoare transei extatice a misticilor. Orgasmul se caracterizează prin ocuparea completă a conştiinţei, refluxul oricărui gând, pierderea noţiunii de timp şi spaţiu, exaltarea, deplina încântare.

La femeie, nu există, în planul simţirii, decât un singur orgasm ca o plăcere vie, care cuprinde şi inundă zonele genitale; dar capătă, în funcţie de punctul de plecare, o nuanţă diferită. Plăcerea clitoridiană este mai precisă, mai localizată, mai vie, densă, intensă, un soi de plăcere electrică sau enervantă. Plăcerea vaginală este mai difuză şi mai difuzatoare, mai profundă, mai deplină, tip de plăcere înăbuşită şi pulsatilă care invadează mentalul şi aduce o mai mare liniştire.
La bărbat, în timpul intumescenţei şi mai ales la apropierea exploziei, plăcerea este cea a unei tensiuni, a unei maxime ridigizări a penisului şi a întregului corp. În cursul secvenţei A (vezi schema) de contracţie involuntară a muşchilor, el înregistrează o senzaţie extrem de agreabilă în perineu: este senzaţia preejaculatorie sau preorgasm, mesaj care anunţă iminenţa orgasmului; ea corespunde extremei tensiuni a muşchilor netezi ai aparatului genital extern (uretră, canale ejaculatorii, veziculă seminală, canale deferente). în cursul secvenţei B de contracţie involuntară a muşchilor, plăcerea este paroxistică; ea corespunde contracţiei ritmice a muşchilor netezi ai canalelor mai sus menţionate şi a tuturor celorlalţi muşchi locali, iar nu treceriiSCHEMA 3 CURBA PLĂCERII



spermei prin lumenui lor. Orgasmul poate exista şi fără ejaculare. Este cazul copiilor, al bărbaţilor care şi-au epuizat rezerva de spermă prin ejaculări multiple, al celor care au suferit o vasectomie (secţiune a canalelor deferente). Acest fapt va avea o mare importanţă pentru înţelegerea „mângâierii interioare"

Ştim oare ce se întâmplă în fiziologia corpului, în timp ce sufletul şi carnea sunt pradă celei mai violente plăceri? Sexologii au descoperit că orgasmul este un arc reflex: o stimulare excită o zonă sensibilă şi determină apariţia unui influx nervos senzitiv; acesta ajunge la centrii nervoşi din măduvă care trimit înapoi un influx motor; iar influxul declanşează un răspuns muscular. Să nu uităm că creierul cortical şi vegetativ controlează măduva. Aceasta este grandoarea şi servitutea sexualităţii omeneşti; prin creier, ea poate fi ridicată la un nivel emoţional şi spiritual specific omului; prin creier, poate fi inhibată sau perturbată. Omul îşi glorifică sau îşi rateză sexualitatea pentru că este o fiinţă care gândeşte şi simte.

Răspunsul muscular orgasmic este făcut din contracţii involuntare şi ritmice ale tuturor muşchilor netezi şi striaţi ai regiunii. Ritmul face să alterneze contracţii şi decontracţii la intervale de 8/10 secunde, în total existând de la 5 la 15 contracţii care durează de la 10 la 15 secunde. Sunt adevărate palpitaţii ale iubirii, căci muşchii se activează urmând tempoul inimii.

Muşchii care se prind în horă sunt, la ambele sexe, muşchii peri- neului, mai ales „ridicătorul anal”, muşchiul juisării, care începe atunci să danseze în cadenţă. La femeie, muşchii treimii inferioare a vaginului, făcut din fibre circulare care urmează spasmodic şi strâng ritmic (în compania „ridicătorului anusului”) penisul

introdus; micii muşchi ai vulvei şi ai clitorisului; fibrele musculare ale organelor pelviene (uterul, trompele, intestinele). La bărbat, muşchii care ridică penisul şi fibrele musculare ale şanţului balano-prepuţial. Toată musculatura corpului se crispează în acelaşi timp

.Punctul de plecare, la bărbat, este unic: este membrul şi, mai precis, frecarea punctelor erogene ale coroanei glandului şi scrotului, mai cu seamă punctul A al bazei sale (vezi schema). La femeie, punctul de plecare este multifocal: poate fi gura, sânul, anusul, clitorisul sau vaginul. La ora actuală, se ştie cu certitudine că există două puncte de plecare principale la răspunsul orgasmic: clitorisul şi vaginul. Au fost depăşite disputele doctrinare

referitoare la valoarea respectivă a acestor zone, a orgasmului lor, rolul fiecăruia în orgasm. Falocraţia şi misoginismul lui Freud lăudaseră vaginul şi devalorizaseră clitorisul; ultrafeministele proslăvesc clitorisul, organ al autonomiei, şi dispreţuiesc vaginul, loc al supunerii faţă de bărbaţi şi al ostoirii dorinţei lor. Lucrurile sunt limpezi acum, nu există decât un singur răspuns orgasmic: contracţia ritmică a muşchilor locali; există două puncte de plecare principale: clitorisul şi vaginul. Când spunem orgasm „clitoridian", vrem să spunem cu punct de plecare clitoridian. Când spunem orgasm „vaginal", vrem să spunem cu punct de plecare vaginal.

Clitorisul are toate atributele unei zone erogene majore, susceptibilă să declanşeze orgasmul. Este Înzestrat cu un mare număr de corpusculi Krause; aparţine celui mai important aparat erectil (corpii cavernoşi şi bulbii).

Orgasmul clitoridian se obţine cu ajutorul degetelor (cele ale femeii înseşi sau ale partenerului) sau cu ajutorul gurii (partenerului); obţinerea lui prin intermediul penisului (fie frecare directă, fie acţionare prin labiile mici interpuse) pare puţin probabilă. Vaginul posedă aceleaşi atribute: fundul de sac comportă ploturi

erogene, iar faţa anterioară a treimii inferioare include faimosul punct G. Se pare că acesta se află la cinci centimetri deasupra orifi- ciului vaginal, înainte, este sensibil la presiunile puternice; descoperit de Grafcnberg în 1950, rolul lui a fost evidenţiat în 1982 de unii cercetători americani. Vaginul posedă şi o altă predispoziţie

orgasmică: este plexul perivaginal al treimii sale inferioare, un adevărat aparat erectil. Vaginul comportă o sensibilitate de contact şi o sensibilitate de supraîncărcare. Orgasmul vaginal se obţine cu ajutorul degetelor (mai degrabă cele ale femeii înseşi, rareori cele ale bărbatului) sau al penisului.

Vaginul are de prea puţine ori de la bun început

sensibilitate suficientă pentru a duce la un orgasm odată cu primele coituri. Va trebui să se erotizeze progresiv. încă nu se ştie cum stimularea mamelonului sau sărutul pe gură declanşează acmeea.

Faza orgasmică a cărei caracteristică este contracţia involuntară a muşchilor — mai ales a fibrelor musculare ale căilor spermatice la bărbat — se împarte în două secvenţe: pe de o parte, secvenţa A de „dificilă întoarcere" sau ultimă reversibilitate; ea corespunde începutului contracţiilor involuntare; controlul procesului este încă posibil, dar greu de realizat; întreruperea duce la neplăcere şi chiar la durere; agreabilele congestii devin algice, iar contracţiile plăcute se transformă în penibile contracturi. Pe de altă parte, secvenţa B de „nonîntoarcere" sau de ireversibilitate; contracţiile involuntare ating o culme, iar evenimentul nu mai poate fi controlat nici de bărbat, nici de femeie.

Faza de rezoluţie

La nivelul organelor genitale, al regiunii perineale şi pelviene şi al întregului corp, muşchii se relaxează. Acum are loc destinderea, detumescenţa sau decongestia, dar foarte încet; vasodilataţia persistă mai multe ore, mucoasele şi pielea păstrează o oarecare roşeaţă şi căldură.

Plăcerea intensă se micşorează şi dispare. Tensiunea psihică se prăbuşeşte. O stare de bine se instalează, o stare de bine extraordinară în care totul este calm, lux şi voluptate". Uneori, bărbatul se simte obosit şi trece printr-o fază melancolică; alteori, cade într-un somn adânc. Se instalează o fază refractară caracterizată printr-o

11 Parafrazare a celebrelor versuri baudelairieoe *Li. tout n'est qu'ordre et beauti, /Luxe, calme et wlupti* — În traducerea lui Virgil Tcodorevcu, *Splendoare fi riisfâf În fur. / Şi rdnduială fi huzur.* În Charles Baudelalre. *Florile Răului.* Biblioteca pentru Toţi. Editura Minerva. Bucureşti. 1978. p. 86. (N.l.)

relativă inexcitabilitate, un fel de extincţie a erogenitâţii sale —

şi o lene, dacă nu chiar o imposibilitate de erecţie. Faza aceasta durează de la cinci minute până la câteva ore. Dimpotrivă, femeia poate obţine mai multe valuri de orgasm unul după celălalt sau puţin mai târziu; despre ea, se spune că este „multiorgasmică”. Această nouă disimetric dintre erotismul bărbatului şi cel al

femeii va fi eliminată prin „mângâierea interioară”. *Capitolul 9* Mijloacele mângâierii

Cel de al treilea cerc, adică întreaga suprafaţă cutanată ce se întinde dincolo de organele genitale, este o vastă zonă erogenă. Bogăţia sa senzuală este de aşa natură, încât nicio descriere nu-i este pe măsură. Este praf de aur, constelaţie de diamante.

tn epoca victoriană, oamenii nu se puteau bucura de senzualitatea pielii: chiar şi atunci când făceau dragoste, îşi păstrau veşmintele pe ei, numai sexele fiind în contact. Astăzi, cei mai mulţi oameni o fac goi, dar nu extrag chintesenţa apropierii, pentru că, mult prea adesea, schimburile se rezumă la un raport sexual.

Nu am făcut nicio distincţie între cel de al treilea cerc al femeii şi cel al bărbatului din două motive: primul este acela că în pomenitul cerc nu există, se pare, nici zone erogene specifice unuia sau celuilalt sex şi nici vreo repartizare diferită. Al doilea constă în faptul că, deliberat, am în vedere o singură descriere a celor două sensibilităţi, astfel încât să eliberez bărbatul din carapacea şi din ghetoul său. Căci numai afirmând egalitatea dintre senzualităţi vom

ajunge la egalitatea felurilor în care ne comportăm faţă de ele şi la capătul subdezvoltării senzuale a bărbatului.

Trupul întreg este, în el însuşi, o imensă mângâiere. În unele zile, nici nu avem nevoie de subtile dezmierdări; pentru a cunoaşte beţia şi a dobândi o nouă energie, este de-ajuns să strângi la piept fiinţa iubită. Corpul uman are, în sine, o anumită putere de „masă”; şi, fără îndoială, pe aceasta o căutau bătrânii papi atunci când, noaptea, strângeau în braţe tinere fete; dincolo de căldură, trupurile acestora din urmă le aduceau o reîncărcare

i)o ftaut 4« mlr»gli«n

a potenţialului energetic; şi nu de altă putere au nevoie ţăranii obosiţi atunci când, pentru a-şi reface puterile, se lipesc de stejari. Şi, desigur, nu o altă putere a fiinţelor vii este evocată de Flaubert în *Salammbo*: „Este o dezmierdare ce mă învăluie şi mă simt strivit de parcă un zeu s-ar fi întins deasupra mea".

Jocuri ale mâinilor

Ceea ce este bun pentru gură este bun şi pentru mâini. Reciproc, pe acolo pe unde au trecut mâinile, va putea trece din nou şi gura. Totuşi, mâinile şi gura sunt specializate, adică au zone mai propice şi mai sensibile la acţiunea lor.

Nu vom sublinia niciodată îndeajuns cât de importantă a fost achiziţia mâinii (rezultat al poziţiei verticale); mâinii nu i se vor intona niciodată suficient de multe imnuri; şi mai ales în domeniul senzualităţii unde ea însuteşte posibilităţile. Atunci, de ce să renunţăm la această supremă invenţie?

Pentru a aprecia importanţa considerabilă a sensibilităţii tactile a mâinii, trebuie să ştiţi că suprafaţa ei de reprezentare corticală este mai mare decât aceea a întregului trunchi. Nicio descriere nu poate da seamă de posibilităţile infinite şi nuanţele tactilului (la fel va fi şi-n cazul gurii). Mâna nu oboseşte niciodată să descopere şi să exploreze curbele şi ascunzişurile trupului iubit.

În funcţie de presiune, numărul degetelor, poziţia mâinii, ritm, mişcare, se disting:

- *Dezmierdarea penei:* este atingerea uşoară cu vârful unui deget, cel mai adesea indexul sau mijlociul; acesta din urmă este cel mai folosit, fiind, într-adevăr, degetul Amorului, căci este preferatul, cel mai capabil în mângâierile celor trei cercuri. Cu precizia unei pene de scris şi gingăşia unui puf de pasăre, acesta trasează diverse Unii. Poate copia anatomia, fie urmând profilurile trupului sau contururile membrelor, redesenând silueta, fie urmând liniile naturale ale terenului: brazdele (sub sâni, sub fese etc.), adâncimile (deasupra claviculei, în spatele gleznelor etc.), ieşindurile (orbitele, creasta tibiei etc.). Poate improviza şi desene: fie figuri geometrice, complicate trasee, arabescuri, cercuri concentrice etc., fie imagini figurate, inimă, floare, stea etc., fie litere, cifre, cuvinte, fraze. Celui care primeşte mângâierea i se cere să ghicească ce a desenat partenerul.

Nemaipomenita sensibilitate a pielii ii permite să „citească” realmente mesajul. Aceste jocuri amoroase se regăsesc, extrem de elaborate, în anumite metode de lectură cu ajutorul pielii, puse la punct pentru orbi. Cine nu s-a jucat niciodată astfel, ca un copil, dar cu dragoste, nu a iubit din toată inima.

- *Punctarea:* aceeaşi mângâiere, dar cu degetele depărtându-se din când în când de piele.
- *Pensula:* aceeaşi mângâiere, dar cu patru degete.
- *Pasul de vrăbiuţă:* la fel ca şi pensula, dar depărtând din când în când degetele de piele.
- *Pasul japonez:* la fel ca şi mângâierea penei, dar executând din când în când o uşoară apăsare.
- *Gădilătura:* stimulările se fixează şi se centrează asupra celor mai erogene zone: plica din zona cotului, coapsele etc.

Or *Unrd Ldeu* ŲS

Ciupitura: se realizează intre degetul marc şi un alt deget (indexul sau mijlociul), obţinându-se un pliu al pielii. Sau intre police şi celelalte patru degete, cu toată mâna, obţinându-se astfel o cută mare, ca atunci când apucăm un iepure de ceafă. Aceste stimulări nu sunt dureroase. În mod excepţional, o revărsare de iubire poate declanşa o presiune dureroasă.
Ciupitura răsucită: degetele răsucesc uşor cuta de piele.
Păianjenul sau „poantele”: degetele se deplasează alternativ asemenea picioarelor unui păianjen sau ale unei balerine. *Pana:* este o atingere extrem de uşoară şi discontinuă, doar cu vârful degetelor mari lăsate în voie.
Netezirea: cele patru degete mari, intinse, netezesc suprafaţa pielii printr-o mişcare longitudinală.
Lustruirea: aceeaşi mângâiere, dar prin realizarea unor mişcări longitudinale, turnante şi în cerc mai apăsate. *Reversul:* este o mângâiere cu dosul degetelor. *Şina:* două degete, sprijinindu-se continuu sau discontinuu, parcurg suprafaţa pielii urmând două linii paralele. *Potcoava:* între police şi celelalte patru degete, aşezate în formă de potcoavă, sunt atinse foarte uşor suprafeţe cilindrice: membre, profiluri ale trunchiului.
Inelul glisant: este o stricţiune blândă. între degetul mare şi celelalte degete, care formează un inel mai mult sau mai puţin puternic, a unei suprafeţe cilindrice: membre, profiluri ale trunchiului. Mâna alunecă de-a lungul axei. *Inelul cingătoare:* aceeaşi mângâiere, dar cu o apăsare continuă, ca pentru a

stoarce nişte coacăze înfăşurate în tifon. *Inelul săltăreţ:* acelaşi lucru, dar slăbind din când în când strânsoarca.
Căutatul la pian: după cum ii arată şi numele, degetele se mişcă de parcă ar cânta la pian. *Pălmiţa:* pe braţe, pe coapse.
Palma: pe fese, pe şolduri, pe lorace, acest gest de tandreţe nu este pe placul tuturor. Totuşi, orientalii îl apreciau mult, executându-l cu destulă putere şi generalizându-l la întregul trup.
Încăuşarea: este prinderea în căuşul palmei a unei suprafeţe convexe: umăr, sâni, fese, genunchi, călcâi. *Frământarea:* mâna remodelează, sculptează din nou trupul iubit, dorit.
Masajele: se pot realiza după inspiraţia fiecăruia. Fineţea finețurilor este învăţarea masajului „californian".

Mângâierea felină

Mângâierea cu unghiile, mângâiere felină, este mai degrabă o dezmierdare feminină; de ce bărbaţii n-ar incerca-o şi ei, aşa cum fac orientalii de milenii?

- *Dezmierdarea penei:* contactul se face cu unghia a cărei margine ascuţită se mişcă asemenea patinelor pe gheaţă.

Dezmierdarea constă într-o uşoară atingere. Când contactul este mai apăsat, rămâne o urmă.
Unghia acţionează exact ca vârful degetelor: copiază anatomia sau improvizează desene; unghia trasează şi scrie pe piele cu mai multă precizie decât vârful degetului.

- *Punctarea:* acelaşi lucru, dar unghia este din când în când ridicată
- *Pieptenul:* este echivalentul pensulei. Aceeaşi mângâiere cu cele patru degete mari.
- *Pasul cocoşului:* este echivalentul pasului de vrăbiuţă.

Aceeaşi mângâiere, prin depărtarea intermitentă a unghiilor.

- *Pasuljaponez*: acelaşi lucru, exercitând o presiune discontinuă.

Ot. Cirud Ideu iy
Zgârietura: contactul se realizează cu unghia întreagă, deplasarea făcându-se pe axa degetelor, iar mişcarea fiind ca în cazul răcăielii. Apăsarea este uşoară şi nu lasă decât o urmă albă.
Zgârietura se face cu unul sau mai multe degete. *Scrijelitura:* este o zgârietură realizată cu mai multă forţă, care lasă pielea jupuită: dâră roşie şi chiar picături de sânge. Tolerabilă dacă este vorba despre o intensă mărturie de iubire, intolerabilă dacă este o manifestare sadică. *Incrustarea*: una sau mai multe unghii se

împlântă pe loc, fără să se mişte. Dacă presiunea este puternică, rămâne o urmă, dar nu sângerândă în încrustarea-joc; poate curge sânge în încrus- tarea pe care o practică femeile în momentele culminante ale juisării, mai ales la nivelul spatelui iubitului. *Pişcătura:* o cută mică de piele este prinsă între unghiile poli- celui şi indexului.
Reversul: este o mângâiere dată cu dosul degetelor şi suprafaţa unghiilor. Dacă degetele se ridică puţin, unghiile realizează o frecare cu extremitatea lor convexă.

„Nimic n-aduce mai multă iubire decât urmele de unghii şi muşcături" (23). Orientalii au desăvârşit mângâierea cu unghiile şi au descris nenumărate modalităţi. Urmele erau exhibate în public, ca o dovadă a intlăcăratei iubiri. Să amintim, pentru plăcerea noastră:

- *Gheara de păun:* este urma pe care o lasă unghia degetului mare pe un sân, iar unghiile celorlalte patru degete pe celălalt sân.
- *Gheara tigrului:* sunt zgârieturi în cerc pe torace.
- *Anwartha-Nakhedana:* sunt trei zgârieturi adânci făcute cu unghiile celor trei degete de la mijloc pe sân, spate, abdomen.

Acestea erau oferite înaintea unei lungi despărţiri — o călătorie, de pildă — pentru ca acela(accea) care rămânea să se gândească mereu la călător.

Posibilităţile sunt nenumărate: iubiţii sunt aceia care trebuie să şi Ic imagineze. „Dacă varietatea este necesară în iubire, iubirea trebuie făurită prin varietatea mijloacelor..., această varietate ce-i căutată în toate artele şi distracţiile..., şi de aceea, cu atât mai mult, trebuie s-o căutăm în iubire" (24).

Mângâierile se pot concentra exclusiv pe o zonă erogenă: mâna, piciorul, sânul, faţa, urechea etc. Putem, de pildă, să-i acordăm doar mâinii întreaga noastră atenţie, pentru a-i extrage astfel chintesenţa.

Dezmierdările trebuie să fie, în aceeaşi regiune a trupului, „contopite": nu săriţi de la o zonă erogenă la alta ridicând mâna de pe piele. Întrerupând contactul, partenerul trăieşte o fracţiune de secundă de abandon sau incertitudine.

Nu o luaţi pe scurtături, ci plimbaţi-vă prin dezmierdare: dacă mângâiaţi încheietura mâinii şi, dintr-odată, vă cuprinde dorinţa de a mângâia piciorul, nu ridicaţi mâna, nu treceţi direct

de la braţ la coapsă, chiar dacă braţul fiinţei iubite este lipit de picior; lăsaţi-vă mâna să rătăcească pe braţ, apoi să se muleze pe curba umărului, să se piardă pe torace, să cuprindă în treacăt mamelonul, să se imprime pe stomac, să traseze câteva spirale pe burtă, să alunece pe cuta vintrelor şi s-ajungă, în sfârşit, pe coapsă.

Itinerariul indicat aici nu are nimic inamovibil. Acţionaţi sub impulsul inspiraţiei şi al tandreţei şi, de fiecare dată, nu întrerupeţi contactul retrăgând brusc mâna: lăsaţi-o aşezată pe piele. Dacă trebuie neapărat să vă desprindeţi, terminaţi cu o undă de regret, prin punctări sau, mai bine, prin aşa-numita „pană".

Mângâierile trebuie să se înlănţuie. Nu treceţi de la un segment al corpului la un altul îndepărtând mâna, căci, pentru partener, orice farmec riscă să dispară; el(ea) va avea impresia dezagreabilă că este făcut(ă) din bucăţi separate. Trebuie să împreunaţi zonele, să unificaţi trupul: dacă mângâiaţi braţul şi doriţi să cuprindeţi sânul în căuşul palmei, coborâţi într-o primă mişcare până la capătul degetelor într-o dezmierdare a penei, apoi urcaţi de-a lungul întregului

braţ executând potcoava, urmaţi convexitatea umărului, alunecaţi pe slern şi ocupaţi-vă, în sfârşit, de sân.

Mâna trebuie să fie inspirată, subtilă asemenea celei a unui prestidigitator; treceţi imperceptibil de la un tip de mângâiere la altul, mlădiaţi-vă mişcările, iar schimbările de ritm vor fi uşoare, altfel starea de bine şi comunicarea vor dispărea.

Pielea percepe tot ceea ce spune mâna. Dacă ea zice „Te dezmierd pentru a-ţi oferi plăcere şi pentru că te iubesc", pielea jubilează. Dacă ea spune „te mângâi ca să te fac să juisezi", pielea nu-i mulţumită decât pe jumătate sau chiar deloc. Iar dacă mâna-i zice „te mângâi gândindu-mă la cu totul altceva", pielii i se va face rău. Ştiinţa fără conştiinţă distruge mângâierea.

Gura, cea delicată între toate

Din punct de vedere anatomic şi histologic, totul predispune gura la juisare şi oferirea juisării. Pielea ii este foarte fină, stratul cornos şi paniculul adipos fiind subţiri sau chiar inexistente, atât de fină, încât pe marginea buzelor şi în interiorul gurii transpare sângele. Mucoasa labială este puternic vascularizată şi, ca orice altă zonă de intensă juisare, se va umple

de sânge în timpul excitaţiei, iar căldura i se va transforma în fierbinţeală. Are numeroşi nervi care conferă buzelor o sensibilitate aparte. Totuşi, aici nu se află niciun corpuscul al voluptăţii. Dar ce mai contează, din moment ce fineţea tegumentelor îngăduie cele mai variate senzaţii.

Pulpa buzelor este alcătuită dintr-un ansamblu de muşchi care formează cel mai fin şi mai precis complex al corpului, fiind totodată şi puternic; pielea este lipită de muşchi şi le urmează cu rigurozitate mişcările. Ansamblul pare făcut tocmai pentru apucare şi sugere.

Limba este acoperită de un epiteliu împânzit de receptori senzitivi. Unii percep contactul, temperatura şi durerea; datorită densităţii lor, limba este un organ eminamente sensibil. Alţii diferenţiază gustul lucrurilor. În realitate, limba nu poate discerne decât dulcele, săratul, amarul şi acrul; cea care indică toate celelalte nuanţe ale gustului este mucoasa nazală. În rest, limba este un masiv muscular plin de sânge. Scopul ei — sugerea şi deglutiţia. Să subliniem că, în timpul sărutului, glandele salivare se congestionează şi emit secreţii.

Importanţa sensibilităţii limbii şi a buzelor este atestată de întinderea ariei sale de proiecţie corticală: doar ele două ocupă o suprafaţă mai mare decât toate cele patru membre.

Tapisată cu o piele delicată şi umedă, bogată în vase sanguine care se dilată şi se încălzesc, în receptori nervoşi avizi, într-o multitudine de mici muşchi subtili, de glande care se umflă, limba este, din punct de vedere anatomic şi fiziologic, alături de zona genitală, cea mai aptă în a oferi plăcere. Este la fel de caldă, onctuoasă, intu- mescentă, învăluitoare şi de o extremă sensibilitate. În gură, ca şi la nivelul vulvei sau al penisului, sângele, nervii şi secreţiile par să se afle chiar la suprafaţa pielii.

Proximitatea nasului, organ al gustului şi al olfacţiei, întăreşte erogenitatea gurii. Mirosurile pe care subiectul le percepe atunci când sărută îi înteţesc plăcerea. Mirosurile generale ale partenerului(ei) — piele, păr, răsuflare etc. — pot reactualiza mirosurile materne care au fost asociate cu plăcerile suptului (saţietate, căldură, stare de bine etc.). Şi pentru că mirosurile au fost parte integrantă a primelor satisfacţii ale oralităţii, ele sunt înscrise pe viaţă în esenţa fiinţei.

Individul poate fi condiţionat şi de alte mirosuri ale copilăriei sau ale adolescenţei. În cazul femeilor, unele mirosuri ale bărbatului iubit: tutun, apă de toaletă, transpiraţie etc., pot

aminti tandreţea tatălui. În cazul bărbaţilor, diversele parfumuri ale iubitei i le vor aduce în memorie pe acelea care o învăluiau pe mamă. Oedip nu moare niciodată, doar se ascunde.

Există şi mirosurile proprii fiinţei iubite, *sui generis*, care au puterea de a-I atrage şi de a-I aţâţa pe cel care sărută: mireasma de miere sau de făn a răsuflării, izul picant al brunetelor, parfumul

capitos al blondelor, aroma sălbatică a roşcatelor îmbată şi captivează cu adevărat. Iar femeile mai adaugă la toate acestea farmecul tuturor produselor cosmetice, creme, rujuri, lacuri de unghi şi *tutti quanti*.

În sfârşit, mirosurile emise de glande, cu mosc sau feoromi, învăluie nările celui care oferă sărutări. Glandele responsabile sunt situate în sfera genito-perineală; moleculele aromatice exercită o putere de atracţie, mai mult sau mai puţin selectivă (se pare că ele constituie una dintre componentele atracţiei dintre indivizi).

Dinspre iubită se înalţă miile de farmece ale trupului ei arzând de dorinţă, aşa cum, în Provenţa, vântul violet al apusului ridică miresmele pământului fierbinte. Iar amantul, intrându-i, pentru a o săruta, în aură, va fi într-adevăr vrăjit de aceste volute. Ce îl vor lega de ea mai mult decât braţele care, acum, îl înlănţuie, mai mult decât pielea-i al cărei magnetism îi alipeşte. Iar atunci când, dintr-odată, ii simte arsura buzelor, e ca şi posedat, mintea i se înfierbântă, iar universul se clatină.

Gura este o zonă hipererotizată, căci aici se instalează prima oară plăcerea şi chiar foarte devreme, din moment ce, în pântecele mamei sale, fătul îşi suge degetul. Iar îndeosebi suptul revelează plăcerile supreme ale oralităţii care se vor dezvolta la bebeluş. Puternica erogenitate a gurii se explică prin faptul că este sediul pulsiunii orale, una dintre pulsiunile fundamentale ale fiinţei vii, una dintre liniile primare de forţă ale individului. Într-un cuvânt, este un instinct.

Mai mult, gura a primit de milioane de ori în dar plăcere, printr-o complicitate constantă între copil şi mamă sau anturaj, pentru că toţi îl răsfaţă. În sfârşit, cele mai multe mame — care practică o confuzie a semnalelor — o suprainvestesc: de fiecare dată când micuţul manifestă anxietate (plânsete, strigăte, agitaţie) oricare ar fi cauza (foame, dureri de dinţi, colici,

coşmaruri etc.), mama îl alină punându-i un aliment sau o tetină în orificiul bucal.

Nu este, aşadar, de mirare că, dincolo de rolul său alimentar, gura este o unealtă a plăcerii: copilul îşi suge degetul, dar şi toate obiectele ce-i sunt la îndemână, şi se distrează suflând puternic aerul, făcându-şi buzele să vibreze. Adultul va continua să ducă la gură alimente şi băuturi — şi chiar mai mult decât i-o cer foamea şi setea —, va duce la gură... şi fiinţa iubită.

tn fine, gura este o unealtă a cunoaşterii şi a apucării. Dacă bebeluşul bagă totul în gură, nu o face numai pentru propria-i plăcere, ci şi pentru a cunoaşte şi recunoaşte lumea exterioară. Ducând un obiect la gură, copilul il cunoaşte şi-l identifică întâi şi-ntâi ca pe ceva agreabil sau dezagreabil, capabil sau nu de a-i satisface eroti- citatea. Nu există nicio îndoială că, în cadrul activităţii amoroase, gura păstrează, pe lângă o funcţie erotică şi afectivă, o urmă de funcţie cognitivă.

„Palatul" simbolurilor

Atunci când gura ni se-apropic de fiinţa iubită dezmierdând-o, o facem pentru plăcere, dar şi, în planul inconştientului, pentru că sărutul este purtător de simboluri: cea care ne însufleţeşte este şi „semnificaţia sărutării".

A săruta înseamnă a mânca: „O să te mănânc", îi spune mama copilului şi iubitul, iubitei (şi reciproc); şi „se devorează prin sărutări" (aceasta este o urmă a fazei orale canibalice). Iar cum a mânca înseamnă a gusta, a săruta înseamnă recunoaşterea gustului celuilalt, pătrunderea „tandreţei" sale, dar, mai ales, a mânca înseamnă a ingera şi, prin urmare, o încercare de contopire: iubiţii nu mai vor decât „să fie un tot" după modelul iubirii fuzionate pe care au trăit-o cu mama lor. A ingera înseamnă, de asemenea, apropriere: iubitul(a) vrea să aducă în el(ea), să înghită obiectul iubirii sale, dorinţă de posesiune. În sfârşit, a ingera înseamnă absorbirea calităţilor şi a atributelor simbolice ale celuilalt: îndrăgostitul vrea să integreze o parte a personalităţii, frumuseţii, feminităţii, inteligenţei, tandreţei

sale. În ansamblu, dacă gura are un rol atât de important în schimburile amoroase, în calitatea ei de mângâiere privilegiată, faptul se datorează unor motive întemeiate. Pe de altă parte, din punctul de vedere al celui care primeşte, al celui(cclci) care este sărutat(ă), gura este cel mai agreabil mijloc de stimulare.

Mii de mângâieri

Gura este caldă, dar mai ales activă mulţumită câtorva dintre componentele sale extrem de elaborate: buzele, limba, dinţii. Un sărut pe piele nu este o simplă atingere cu buzele, căci acesta ar fi un contact inert, mort. Este o mişcare însufleţită a buzelor sorbind discret, adică aspirând mai mult sau mai puţin aer şi piele, cu un zgomot caracteristic. În funcţie de presiunea exercitată de buze, de deplasarea lor şi repetarea contactului, se disting:

- *Sărutul aşezat:* buzele se aşază uşor şi pentru scurt timp, într-o aspiraţie blândă, fremătândă.
- *Sărutul apăsat:* este apăsarea buzelor, într-o aspiraţie susţinută şi mai zgomotoasă.
- *Sărutul pişcător*: buzele prind o cută a pielii.
- *Sărutul rătăcitor,* buzele închise ori deschise, dar fără să sărute, se plimbă pe piele, atingând-o uşor sau apăsând. Calea poate fi acoperită de sărutări.
- *Suptura:* buzele sug pielea într-o aspiraţie puternică şi prelungă, lăsând o mică echimoză lunguiaţă.
- *Gădilătura:* buzele se concentrează asupra unei zone erogene reduse, gâdilând-o, ciugulind-o.
- *Săruturile picurate:* ploaie de săruturi date pe o suprafaţă mai mare sau mai mică.
- *Săruturile revărsate:* ploaie de săruturi apăsate.
- *Săruturile plimbăreţe:* sărutul se deplasează pe o suprafaţă (faţă, trunchi, membre).
- *Sărutul ca fulgul de uşor*: sărutul urmează acelaşi itinerar ca şi dezmierdarea penei, fie copiind anatomia pe urma contururilor sau a rotunjimilor trupului şi a reliefurilor fiecărui segment, fie improvizând figuri geometrice sau litere.
- *Sărutul punctat:* la intervale regulate, buzele se opresc, punctând, într-un sărut apăsat.
- *Sărutul în pas japonez:* la fel, dar punctând într-un sărut pişcător.

Limba poate dărui subtile, delicioase dezmierdări.

- *Linsul uşor*: vârful limbii iese pe furiş asemenea limbii unui şarpe şi linge scurt, de-abia umezind, de jos în sus.
- *Linsul ca fulgul de uşor*: limba se deplasează pe trup, urmând, de pildă, aceleaşi itinerarii ca în dezmierdarea penei sau în punctare. Această mângâiere constituie un mijloc de explorare

extrem de precis a reliefurilor pielii: adâncituri, pliuri, comisuri, gropiţe, margini, creste şi culmi.

- *Gădilătura:* este un lins uşor pe loc, în care vârful limbii alternează mişcările de jos în sus, mişcările de la dreapta la stânga (şi viceversa) şi mişcările circulare. Gâdilăturile se concentrează pe o zonă erogenă — ţintă miniaturală, ca glandul clitorisului, frenul glandului masculin, sau puţin mai mare, precum comisura buzelor, orificiul urechii, mamelonul, vulva etc. Linsul uşor este cea mai fină şi mai rafinată dintre dezmierdări, mult aşteptată de zonele preţioase, cele mai sensibile şi delicate, asupra cărora are un efect magic.
- *Linsul:* întreaga limbă, bine umezită, se aşază conştiincios pe o suprafaţă de piele sau mucoasă relativ mai importantă. Este ceea ce le fac animalele puilor lor.

Dinţii pot îmboldi carnea. După presiunea pe care o exercită, după numărul, mişcările lor, se disting:

- *Muşcătura uşoară:* o bucăţică de piele este prinsă cu vârful dinţilor, într-o mişcare uşoară şi scurtă.
- *Muşcătura ca fulgul de uşoară:* dinţii trasează conturul trupului sau ii urmează reliefurile şi rotunjimile sau schiţează diferite figuri.
- *Muşcătura punctată:* dezmierdarea, pe ici, pe colo, se transformă într-o uşoară muşcătură.
- *Muşcătura în pas japonez:* dezmierdarea se îngreunează, din când în când, într-o de netăgăduit muşcătură.
- *Muşcătura: o* bucată de piele este apucată din plin cu dinţii care strâng mai uşor sau mai tare, mai mult sau mai puţin timp. Presiunea nu trece dincolo de pragul durerii. În mod excepţional, provoacă totuşi suferinţă, este o manifestare excesivă de iubire şi nu de sadism. Muşcăturile trebuie păstrate pentru zonele cărnoase: braţe, fese, coapse etc. Nu trebuie cu niciun chip folosite la nivelul zonelor hipersensibile cu piele fină: buze, limbă, faţă, sâni.
- *Fierăstrăul:* dinţii strâng uşor, într-un du-te-vino lateral ca pentru a tăia un fir.
- *Dinţii rătăcitori:* incisivii depărtaţi, care nu apucă, dar nici nu presează pielea, ii urmează suprafaţa, lăsând două urme paralele discrete; se realizează mai degrabă pe profilurile convexe ale membrelor şi trunchiului.

Orientalii erau nişte adevăraţi maeştri în arta muşcăturii. I-au inventariat variantele în funcţie de urmele pe care le lasă dinţii pe piele:

- *Punctul* imprimat de cei doi incisivi centrali.
- *Colierul de perle* făurit de toţi dinţii.
- *Norul străpuns* lăsat de incisivii depărtaţi unii de ceilalţi.
- *Muşcătura mistreţului* care constă în mai multe şiruri de muşcături.
- *Kola charcha*, urmă profundă şi durabilă, pe care amantul o face înainte de a pleca într-o călătorie pentru ca, astfel, iubita să se gândească la el.

Improvizaţii

Orice parte a corpului poate sluji dezmierdării. *Fruntea* poate parcurge întregul trup al fiinţei dragi, rând pe rând frecându-l, lovindu-l uşor, impregnându-se în el. *Nasul* poate urma itinerarii mai complicate, adulmecând mozaicul de miresme al pielii iubite, urmărind, gâdilând, scotocind, provocând pretutindeni o mulţime de plăceri.

Părul se poate plimba pe unde crede de cuviinţă: pe faţă, pe corp, pe sex, pe coapse. Aceste mătăsoase dezmierdări sunt tulburătoare. Există oare vreun lucru care să vă facă să binecuvântaţi viaţa mai mult decât acest val auriu sau chihlimbariu, revărsat de pe chipul iubit pe trupul ce vi se-nfierbântă? Prin părul ei, divină podoabă a feminităţii sale, femeia vă dăruieşte mângâierea feminină prin excelenţă.

Mângâierile *penisului* sunt stângace, dar înduioşătoare. Vajnicul corsar al mărilor interioare se târăşte, eşuat, în afara elementului său, încearcă neîndemânatic să exploreze continentul. Este o plimbare sentimentală ale cărei momente culminante sunt întâlnirile cu mameloanele, buzele şi chipul şi jocurile oarecum lenеşe care urmează. Senzaţiile sunt vagi, dar emoţia este extrem de puternică. Tandreţea iubitei nu-şi află egalul decât în respectul îndrăgostitului.

Mameloanele şi *sânii* fac, la rândul lor, peregrinări neîndemânatice; contrastul dintre

contactul dur şi
punctual al
mamelonului ş

iDr. *Chai* Ldfu 147
impactul molatec şi amplu al sânului este impresionant. Atunci când ating faţa, este o plăcere care taie răsuflarea; să fie oare reminiscenţa zilelor paradiziace când simţeam cum mama ne afunda capul în moliciunea pieptului ei? Ca şi atunci, bărbatul ii mulţumeşte cerului că l a lăsat să se nască!

Alte părţi ale corpului pot împărţi alte mângâieri. Dar nu voi spune mai multe: căci în domeniul dorinţelor trebuie să subziste o parte de mister.

Capitolul 10
Cele trei cercuri

Dr Cerori Lrteu 149
Toată suprafaţa corpului este acoperită de receptori sensibili; prin urmare, putem spune că întreg trupul este o imensă sferă erogenă, de unde toate senzaţiile converg spre conştiinţă.

În anumite zone, sensibilitatea este mai concentrată şi mult mai mare: acestea sunt zonele erogene, dintre care cele mai importante se află în jurul orificiilor naturale: gura, anusul,

uretra, vaginul, dar şi ochii, nasul, urechile. Sensibile sunt însă şi multe alte regiuni: sânii, l>erineul, plică cotului etc.

Unele zone erogene sunt comune tuturor oamenilor; sunt clasice, mai uşor de localizat şi de descris; dar să nu uităm că ne aflăm aici în domeniul nuanţei şi al variabilităţii. Altele sunt specifice fiecărui individ; aceste zone erogene sunt fie privilegiate din naştere (congenitale), fie erotizate de-a

lungul istoriei personale a indivi- dului (dobândite)

.De fapt, orice parte a trupului nostru poate deveni o zonă erogenă privilegiată dacă a trecut printr-un proces anterior de condiţionare: experienţa poate deveni sursă de erogenizare. Mama, amanta, amantul, subiectul însuşi pot oferi unui teritoriu cutanat o serie de fericite, reiterate stimulări, transformându-l într-un punct „fierbinte”: dezmierdarea regulată, din joacă, a spatelui unui bebeluş, după alăptare sau baie, poate, fără îndoială, să transforme acest teritoriu într-o zonă fertilă.

Nenumărate sunt aceste zone, de o nesfârşită diversitate şi de o mare variabilitate: ceea ce este agreabil într-o zi nu mai este într-alta; ceea ce este tulburător pentru unul nu este pentru un altul. Într-o zi, o femeie îşi va dori o penetrare blândă, într-alta, va tânji după un „viol” soldăţesc; cutare femeie va fi tulburată de mângâierea pubi- sului, dar poate că alteia ii va displăcea.

Erogenitatea unui trup este, aşadar, greu de descris şi de teoretizat; orice tentativă ar fi schematică şi nu ar putea decât să reducă fenomenul la marile lui caracteristici; dar este posibil să grupăm aceste zone în trei regiuni sau cercuri:

- Al treilea cerc: întreaga suprafaţă cutanată fără legătură cu organele genitale.
- AI doilea cerc: regiunile perigenitale şi sânii.
- Primul cerc: organele genitale.

0 descoperire în doi

În faţa paginii albe a trupului iubit, fiecare se poate lăsa în voia inspiraţiei, a tandreţei sale. şi să-l dezmierde pe unde vrea, aşa cum simte. Cu zece degete şi o gură, variaţiile şi improvizaţiile nu au limite. Arta mângâierilor este, asemenea senzualităţii, nesfârşită.

„Referitor la toate acestea, nu pot exista nici reguli definite, nici enumerări. Odată ce întâlnirea a-nceput, doar pasiunea guvernează actele părţilor. Gesturile sau mişcările de dragoste, care se nasc din excitaţia momentului, nu ar putea primi o definiţie: sunt neobişnuite,

asemenea viselor.” Aşa se spune în *Kama Sutra*. Dar se mai adaugă: „Trebuie însă ca bărbatul să posede pe deplin ştiinţa amorului”. Iar mai departe se afirmă: „Marea artă constă în înţelegerea acelor lucruri care le provoacă sublima plăcere şi a dezmierdărilor aparte pe care le adoră”.

Pentru această înţelegere, este imperios necesar ca cei doi parteneri să se transpună în ceea ce eu numesc „stare de receptivitate”. Vor trebui să tatoneze cu discreţie, atenţie şi căldură, asemenea pictorului care îşi caută culoarea, asemenea pianistului care găseşte armoniosul acord (şi nu ca tehnicianul care testează explozibili). Iar adevărata nuanţă, acordul potrivit sunt reprezentate de reacţia plină de plăcere a fiinţei iubite care trebuie să fie disponibilă, gata să vibreze.

În joacă şi cu tandreţe, trebuie să exploreze, punct cu punct, întreaga suprafaţă cutanată sau mucoasă. Punctele de extremă sensibilitate ocupă adesea suprafeţe reduse şi chiar miniaturale, fie că se află la nivelul pielii sau al regiunilor genitale.

Prin atingerea punctului sensibil, se declanşează o senzaţie extrem de agreabilă, care se estompează de îndată ce se trece dincolo de el; pentru regăsirea minunatului contact, trebuie să ne întoarcem, să căutăm, să explorăm. Nu-l putem descoperi sau regăsi fără ajutorul fiinţei iubite. Ne vom încrede în manifestările ei de plăcere.

Semnele respiratorii sunt caracterizate de o respiraţie nazală dacă plăcerea este medie, orală, dacă plăcerea este mare. Tot felul de modificări ale ritmului respirator scandează plăcerea: sunt fie nişte inspiraţii profunde, fie inspiraţii ample, dar sacadate, fie nişte inspiraţii reţinute mai mult timp care apoi se

eliberează într-o bruscă expiraţie; ori nişte inspiraţii rapide, gâfâitoare. Trecerea aerului prin glotă poate provoca un uşor zgomot de suflu, murmure, gemete şi alte sunete evocatoare.

La sfârşitul stimulării şi al plăcerii intense se pot produce una sau mai multe ample expiraţii, care exprimă că partenerul(a) se întoarce din depărtări şi se destinde (suspine de uşurare).

Manifestările vocale sunt purtate de zgomotele respiratorii, într-o deplină contopire: simple onomatopee, interjecţii („Oh! Ah!*"), cuvinte scurte („Da, o, da!", „Ah, da, dragostea mea!" etc.). Toate acestea formează o „păsărească" imposibil de redat în scris, dar pe care oricine o înţelege din instinct, dacă-şi deschide urechile şi inima.

Manifestările motorii variază: regiunea stimulată poate să rămână nemişcată, ca pentru a se abandona, deschisă, ori poate să se întindă spre mâna ce-i dăruieşte plăcere, pentru a se oferi, pentru a cere mai mult, mereu tot mai mult.

Dar şi regiunile îndepărtate se pot mişca: capul se poate înălţa sau întoarce spre dreapta şi spre stânga; mâinile pot bate cearşafurile, mototolindu-le, ori să se „înverşuneze" asupra partenerului; picioarele pot lovi patul ori să se îndoiască şi să se întindă succesiv; întregul trup se poate arcui asemenea unei punţi (opinostos). Cât despre cuvinte, ele călăuzesc mâna în spaţiu şi indică nivelul plăcerii: „mai sus, mai jos, înăuntru, în afară, continuă acolo, bine, foarte bine, nu, mai uşor, mai tare, mai încet, mai repede etc."

Chiar dacă cel care dezmiardă ar fi orb şi surd, el ar putea să discearnă punctele erogene, apariţia plăcerii la celălalt şi gradul lui de mulţumire. Vârfurile degetelor care stimulează constituie sediul unei senzaţii electrice, magnetice, atunci când trec peste un punct unde se naşte plăcerea. Propria lor stimulare întâlneşte plăcerea a cărei apariţie o determină: coincidenţa — stimulare oferită, plăcere creată — provoacă o microalipire magnetică, o senzaţie specifică, *sui generis*.

La urma urmelor, cu ochii închişi de-am fi, am recunoaşte, cu vârfurile degetelor, cele mai fine, cele mai

„insensibile” caracteristici tactile ale unui obiect; toate gradele de temperatură, toate nuanţele de duritate sau de moliciune, toate varietăţile de suprafeţe (netede, rugoase, păroase, catifelate etc.). Să ne aducem aminte doar de multiplele calităţi ale ţesăturilor pe care le percepe simţul tactil. Ştiinţific vorbind, receptorii cutanaţi sunt capabili să perceapă o scală de
Or OrorăLiini »S3

nuanţe senzoriale superioară auzului, văzului sau gustului. Şi-atunci, de ce nu „plăcerea”? Această putere extraordinară, aproape stranie, este pe deplin folosită de vindecători şi alţi magnetizatori.

Şi Dumnezeu creă femeia...

După ce a creat soarele, stelele şi marea, Dumnezeu a creat păsările, animalele din ape şi de pe pământ. În sfârşit, a creat şi bărbatul, suflând peste lut. Atunci, a făcut în Paradis o grădină şi acolo l-a dus pe om. Peste fiecare făptură vie, El vărsa puţină sensibilitate ce izvora dintr-un corn al abundenţei. Şi după ce a creat toate speciile şi bărbatul, a pus cornul la loc, deşi era încă pe jumătate plin.

Şi-abia atunci şi-a dat seama că nu e bine ca bărbatul să fie singur; din carnea lui i-a desprins o tovarăşă, femeia. Iar deasupra ei a revărsat tot ce mai rămăsese în corn. Iată de ce

senzualitatea o învăluie pe femeie, ca o mantie fermecată. Şi fiindcă-şi desăvârşise creaţia printr-o capodoperă, a aruncat acel corn.

Toţi autorii confirmă ceea ce ştie toată lumea: femeile sunt înzestrate cu o considerabilă erogenitate naturală; zonele lor erogene cutanate sunt multiple şi intense, pielea întreagă putând să se-nfier- bânte. Sunt în stare să-şi piardă minţile pentru un sărut dat pe gât, să se înflăcăreze pentru o mângâiere a urechii, să se lase fermecate de o gură ce le apasă buzele şi să leşine într-o îmbrăţişare. Şi mai au capacitatea de a accede la paroxisme, prin sâni, clitoris, vagin şi nenumărate alte zone; au puterea de a resimţi multe orgasme, pentru că acestea nu sunt urmate de o fază refractară aşa cum se întâmplă la bărbat. Prin urmare, natura a înzestrat femeia cu o capacitate erotică mai mare.

... iar bărbaţii, păcatul

De mii de ani, bărbaţii încearcă să desfacă acel ceva de Dumnezeu făcut, minunata senzualitate a femeii.

De-a lungul epocii preistorice, iată ce trebuie să se fi intâmplat, potrivit părerii lui Mary Jane Sher: primele femei au fost, se pare, asemenea femelelor primatelor superioare din care se trăgeau hominizii. Maimuţele-femele de-atunci — lucru care şi-n zilele noastre tot adevărat a rămas — aveau o asemenea capacitate crotică, incât, în perioada de rut, le cereau masculului lor până şi patruzeci de raporturi sexuale; după numai trei zile, acesta, epuizat, cădea într-o stare de letargie. La majoritatea speciilor animale, cerinţele femelelor sunt mai mari decât cele ale masculilor.

Se pare că îndepărtatele noastre strămoaşe prezentau o pulsiune sexuală pe cât de intensă, pe atât de agresivă. Pulsiune care s-a dovedit incompatibilă cu organizarea socială şi familială şi insuportabilă bărbaţilor. Aceştia au profitat de superioritatea lor musculară şi de autonomia lor faţă de pui pentru a-şi impune legea şi o adevărată represiune sexuală. Printr-o selecţie de tip darwinist, s-a produs eliminarea femeilor hipersenzuale şi multiorgasmice; aparent, nu au supravieţuit decât cele mai puţin senzuale şi mai puţin orgasmice.

La începutul şi pe parcursul erei istorice, femeia şi senzualitatea au continuat să fie obiectul unei represiuni şi al unei devalorizări din partea bărbatului, a societăţilor şi a cultelor instaurate de .icesta. Toate religiile şi toate filosofiile occidentale sunt misogine. Toate judecăţile împotriva femeilor şi toate tabuurile legate de sexualitate au drept scop controlarea şi stăpânirea femeii şi a sexualităţii acesteia: pentru perpetuarea dominaţiei sociale şi familiale a bărbatului; pentru apărarea bărbatului incapabil de raporturi frecvente şi prelungite.Concepţiile lui Aristotel — care mai fac ravagii şi-n zilele noastre — susţineau că femeia este o fiinţă inferioară pe toate planurile. Părinţii Bisericii au inventat dogma „păcatului carnal" care perpetuează „păcatul originar". Sfântul Augustin a afirmat că femeia este „poarta spre iad şi aliata diavolului". Dacă-şi trăia sexualitatea, atunci era o „păcătoasă". Nu găsea îndurare decât dacă era virgină sau mamă.

Femeia nu trebuia să juiseze, ci să rămână vasul receptor al seminţei masculine, de la care pornind procrea. În ascetism era salvarea; de altfel, era obligatoriu ca în fiecare duminică şi zi de sărbătoare, de împărtăşanie, de post sau în timpul sarcinii să se abţină. Salvarea se afla şi-n supunerea totală faţă de bărbat, tată ori soţ, a căror slujnică era. Şi încă se niai discuta dacă are sau nu suflet.

În secolul al XIX-lea, în plină epocă victoriană, puritanismul a reprezentat o revenire a represiunii sexualităţii feminine. Iată ce spunea un medic celebru al acelor vremuri: „Sexualitatea femeii este un sălaş pustiu; şi chiar dacă se trezeşte la viaţă, rămâne foarte slabă în comparaţie cu cea a bărbatului. O femeie cinstită nu-şi doreşte decât rareori împlinirea sexuală". Iar un cântec de-atunci susţine: „O femeie cinstită nu simte plăcere".

Şi a venit Freud care a eliberat sexualitatea... dar nu şi femeia! Falocrat, misogin, a voit să transforme femeia într-un bărbat castrat! Doar feminismul cu al său vârf de lance strălucitor, Simone de Beauvoir, a dezrobit femeia din ruşinea plăcerii sale şi din dezgustul faţă de propriul sex.

în zilele noastre, regăsim la anumiţi bărbaţi aceeaşi panică pe care strămoşii noştri preistorici o resimţeau în faţa emergenţei senzualităţii feminine. Femeia apare din nou ca fiind

periculoasă pentru ca însăşi şi pentru ceilalţi... Clitoridectomia" şi centura de castitate, practicate pe alte meleaguri şi-n alte vremuri, se iţesc încă o dată prin fantasmele masculilor depăşiţi.

ia Ablaţiunea chirurgicali a clitorisului. ***(N.t***

Spre un bărbat nou?

Să aibă oare bărbatul o senzualitate de bază inferioară celei a femeii? „Nomenclatorul zonelor erogene ale bărbatului pare tare sărac dacă il comparăm cu cel al femeii", scrie un sexolog. Un altul constată „puţina întindere a zonelor erogene secundare la bărbat" şi explică: „Erotica masculină rămâne în mod absolut cantonată în sfera genitală care absoarbe întreaga forţă pulsională; şi chiar şi în această zonă, ea se concentrează pe o suprafaţă punctuală".

Iată o noţiune care trebuie revizuită. Căci anumite fapte ne obligă s-o facem: răspunsurile bărbatului despre care dă seama Pietropinto, mărturiile pe care le-am prezentat, confidenţele care mi-au fost împărtăşite şi experienţele de grup de lucru deja menţionate, constatările pe care am avut posibilitatea de a le extrage în cadrul grupurilor de masaj californian; acolo, cei mai mulţi bărbaţi se arată de o fină şi nuanţată sensibilitate, indiferent dacă sunt cei care primesc sau care efectuează masajul; nu se poate realiza nicio diferenţiere între corpul şi mâinile unui bărbat şi cele ale unei femei în materie de receptivitate şi „putere"; desigur, la început, bărbaţii se dovedesc oarecum stângaci şi rigizi. Apoi, mâinile le devin mai îndrăzneţe şi mai iscusite, iar sensibilitatea li se eliberează. Ceea ce tinde să demonstreze că pretinsa hiposensibilîtate a bărbatului este rodul unei condiţionări socio-culturale. Este adevărat că la inceput, din punct de vedere biologic, femeia este mai favorizată; dar nici senzualitatea masculină nu este chiar atât de oropsită: numai constrângerile unui rol pe care bărbatul trebuie să-l joace au redus-o.

Femeia s-a eliberat de mai multe milenii de tiranie masculină, iar senzualitatea-i străluceşte feeric. Bărbatul trebuie să se elibereze de

el însuşi; are însă nevoie de o revoluţie. „Bărbatul nou” despre care vom vorbi, care-şi acceptă autentica sensibilitate şi partea feminină, *anima*, va fi un bărbat ce-şi va fi recuperat toate posibilităţile emoţionale. Femeia şi bărbatul vor fi atunci atât de aproape şi atât de uluitori! înflorirea uneia se va alătura împlinirii celuilalt.II.

Geografie senzuală

Capitolul u Al treilea cerc

Cura, faţa, părul, gâtul, braţel

eDr.GirordLdai)6i

Dezmierdările gurii

Să urmăreşti cu un deget uşor roşul buzelor, să porneşti de la un colţ al gurii, să urci până la adâncitura buzei superioare, să cobori până la celălalt colţ al buzelor, să refaci drumul invers pe

buza inferioară şi să o iei de la capăt, pe scurt, să reconturezi buzele — toate acestea sunt izvor de subtile senzaţii.

Din punct de vedere psihologic, este un gest erotic. Ca orice dezmierdare a unui organ senzual, tulbură, emoţionează: acest sânge, aceşti nervi ce par să iasă din piele, această electricitate, această < aldură atât de tangibilă, acest rod rar — interzis celorlalţi — care se lasă atingerii degetului au ceva răscolitor în ele. Dar este, totodată, şi un gest estetic. Căci nimic nu-i mai frumos decât buzele, conturul, roşul lor aprins, carnea lor. Toţi poeţii le-au cântat.

Bouche belle, bouche bénigne
Courtoyse, clère, corallyne,
Bouche qui fait vivre ou mourir."

Este, în sfârşit, un gest de infinită tandreţe.

Să-ţi laşi un deget să se strecoare în gura celuilalt şi să-i mângâi interiorul buzelor, obrajii, gingiile, dinţii, limba este o dezmierdare extrem de senzuală. Este foarte excitantă, ca orice contact cu zonele intens erogene; şi este foarte tulburătoare, căci introducerea degetului în cavitate este de o intimitate care aminteşte penetrarea. Este, de asemenea, şi o „plăcere-teamă", căci este o provocare de acelaşi tip ca aceea a îmblânzitorului ce-şi aşază capul în gura leului. Dinţii sunt făcuţi pentru a muşca, gura este un loc intim, aşa că este nevoie de multă încredere reciprocă pentru a permite o asemenea efracţie. Invers, câte delicii nu oferă suptul, sorbitul şi uşoara muşcare a vârfurilor degetelor fiinţei iubite.

Dezmierdarea gurii celuilalt cu propria-ţi gură, într-un cuvânt, sărutarea, înseamnă să oferi şi să reverşi bucurii fără de seamăn. În afara mângâierii organelor genitale, nicio altă stimulare nu este la fel de intensă, nicio altă comunicare atât de plină, tntâlnirea celor două zone extrem de erogene prin natură şi extrem de erotizate prin uz declanşează un adevărat foc de artificii.

Bouche vouldrais tu emboucher
*CeUuyqui vouldrait te boucher."**

Am văzut ce „înseamnă să săruţi" atunci când sărutul se adresează oricărei alte suprafeţe din cel de-al treilea cerc: să

guşti, să absorbi, să te contopeşti, să-ţi 'însuşeşti, să aspiri tot ce este al celuilalt.

13 ***Gură frumoasă, prea buna gură / Ca de mărgean, galantă fi pură. / Gunj ce moarte iau viată aduci. (N.t.)***

14 ***Gură. s-acoperi n-ai pofti / Pe cela ceapăsarea fio*** voi. ***(N.t.)***

la nivelul gurii, sărutul este încă şi mai plin de sensuri: eflorescenţa senzaţiilor îmbogăţeşte precedentele semnificaţii şi ii mai adaugă şi altele.

Dacă a săruta înseamnă a gusta, ceea ce se gustă în acest caz este gura, adică ceva mult mai intim decât pielea obişnuită, care poate fi, în funcţie de igiena sa, de miere sau de fiere, care poate fi, în funcţie de înflăcărarea ei, încântătoare sau dezamăgitoare: „a-i savura săruturile" înseamnă a-i testa eroticitatea şi tandreţea.

Gura este izvorul rostirii. A săruta pe cineva înseamnă a te increde în cuvântul celuilalt (te iubesc, spusese el(ea) sau aşa lăsase să se înţeleagă) sau a-i smulge o mărturisire dacă el(ea) nu rostise o vorbă. Pe scurt, a săruta pe cineva pe gură înseamnă a-i primi tandreţea sau a i-o cerceta.

Gura este izvor de viaţă prin respiraţie: suflând asupra lutului l-a creat Dumnezeu pe om. Suntem vii atâta vreme cât mai avem „Miflare-n piept" şi până-n ultima clipă, atunci când ne „dăm ultima suflare", când expirăm. Dacă ni se blochează respiraţia mai mult de trei minute, urmează moartea. Dar respiraţia gură la gură poate readuce viaţa ce se scurge. Astfel, a săruta pe cineva până ce i „se taie răsuflarea" înseamnă a trăi mai deplin. A săruta înseamnă a lua viaţă chiar de la izvorul ei. A săruta înseamnă, în sfârşit, contopire prin împletirea propriei tale suflări cu cea a fiinţei iubite.

Gura înseamnă şi suflet, căci rostirea este făcută din exalaţiile sufletului. Când ne „dăm sufletul", prin gură el se duce. Astfel că, sărutând, cunoaştem o fărâmă din gândurile celuilalt, ca şi atunci t and bem de unde şi el(ea) a sorbit, iar sufletele se contopesc.

Gura este şi saliva. Nu trebuie să simţiţi dezgust faţă de savurarea şi sorbirea salivei celuilalt, căci este un semn de profundă încredere şi o sublimă dorinţă de fuziune. Mai mult, saliva, „chintesenţa umorilor", are diverse virtuţi mai mult sau mai puţin magice (în realitate, simbolice): saliva mamei, pusă acolo unde-l doare pe copil, alungă durerea; saliva lui Iisus i-a redat orbului vederea. Pentru orientali, schimbul de salivă este schimbul de esenţă Yin şi esenţă Yang, este armonizarea femininului cu masculinul.

În sfârşit, gura este o evocare a sexelor. Analogia hedonică, anatomică şi fiziologică dintre sexualitate şi oralitate este evidentă, cu atât mai mult cu cât introducerea limbii în gură evocă pătrunderea penisului în vagin. Desmond Morris (2$) atrage atenţia că la maimuţa femelă, patrupedă, semnalul sexual constituit de roşeaţa fantei vuivare este bine arătat, vizibil şi eficient. La femeie, poziţia bipedă a eliminat semnalul, ascunzând vulva între membrele inferioare. Astfel că a trebuit înlocuit cu rumena răsfrângere a gurii. Cu atât mai mult cu cât verticalitatea şi apariţia mâinilor transformă de-acum faţa anterioară a umanoidului în cea de-ntâmpi- nare. În sprijinul tezei sale, savantul arată că maimuţele şi animalele, în general, nu au buze. Aceste tivituri pline de sânge sunt unice în lumea animală şi specifice oamenilor.

Într-un cuplu, sărutul n-ar trebui nicicând să fie o formalitate. Iar dacă el este o introducere în materie, un preludiu la coit, ar trebui să continue în timpul şi după împreunare. Ar trebui să existe şi-n afara coitului, ca o plăcere în sine: am putea petrece „seri" (sau dimineţi şi după-amiezi) de sărutări, am putea să învăţăm din nou sărutul, să-l savurăm mai pe deplin, să-l savurăm, să-l îmbogăţim şi-apoi să adormim cu gurile împreunate.

În funcţie de durata lor, există, între pupic şi sărutul ce-ţi taie răsuflarea, o întreagă paletă de sărutări. În funcţie de intensitate, îndrăgostiţilor li se oferă o întreagă gamă de apropieri ale gurilor. Cele uşoare, dulci, delicate sunt bune ca şi tandreţea; dau strălucire zilelor fericite sau aduc un strop de drăgălăşenie în cele mai înflăcărate zbenguieli. Săruturile

gurmande, înfometate sau devoratoare traduc o reîntoarcere a dorinţei ivită dintr-o despărţire, venirea primăverii sau orice altă împrejurare. Arzătoare, focoase, pasionate sunt săruturile începuturilor iubirii, când sentimentele sunt mistuitoare. Iar cele ale amanţilor ce-au ales să se bucure de chintesenţa plăcerilor acestei vieţi sunt senzuale şi voluptoase.

Buzele pot să se atingă uşor, se se-ntâlnească cu mai multă putere sau să se împletească cu deplină hotărâre. Pot fi închise, întredeschise sau deschise; moi, pasive sau tonice. Pot să soarbă ori să sugă buza inferioară sau superioară a celuilalt.

Limba rămâne în loja ei sau trece la acţiune. Vârful ei poate cu nespusă delicateţe să dezmierde prin uşoare atingeri buzele celuilalt sau să le-atingă pe nesimţite, urmându-le conturul. Şi să întârzie la colţurile gurii, atât de rafinat de sensibile. Dacă e mai îndrăzneaţă, le linge pe deplin. Uitându-şi încă şi mai mult timiditatea, pătrunde în gura fiinţei iubite. Lingând-o mai tare sau mai uşor, dezmiardă partea ascunsă a buzelor superioară sau inferioară, gingiile şi dinţii. Iar dacă ei se deschid, trece de şiragul lor şi explorează faţa dinăuntru a gingiilor şi dinţilor, în sus şi-n jos, bolta palatină, fundul gurii, frâul şi partea de deasupra a limbii celuilalt. Limbile se mângâie, interpretând un lent şi tulburător *pas-de-deux*, întrecându-se care mai de care în măiestrie şi tandreţe. Şi tot aşa putem sorbi sau suge limba iubită.

Dinţii rămân strânşi, se descleştează cu prudenţă sau se deschid cu generozitate. Şi pot atinge, ciocni uşor dinţii fiinţei dragi, muşca cu multă, multă delicateţe buzele-i superioare sau inferioare şi limba.

Cu cât sărutul e mai lung, cu atât vasele de sânge se dilată mai mult, cu atât receptorii devin din ce în ce mai sensibili, iar plăcerea creşte. Şi poate duce, în situaţii aparte, la o stare orgasmică. Dar, ca orice altă dezmierdare, sărutul lipsit de tandreţe nu este decât o învălmăşeală de anatomii.

Cărţile de erotologie orientală sunt inepuizabile în materie de descrieri ale săruturilor:

- *Spurita ori sărutul apăsat:* buza inferioară a partenerului *este ţinută* între buzele fiinţei iubite.

- *Sărutul cingătoare*, la fel, dar cu buza superioară.
- *Tiryakr*: buza superioară a fiinţei iubite este muşcată uşor, cu nesfârşită blândeţe, de dinţii celuilalt.
- *Vitaroshta:* la fel, dar cu buza inferioară.
- *Lupta limbilor,* se încearcă atingerea palatului gurii iubite cu limba.
- *Sărutul drept:* buzele celor doi parteneri sunt paralele.
- *Sărutul răsturnat:* buzele unuia sunt perpendiculare pe buzele celuilalt.
- *Pindita:* femeia prinde cu degetele buzele iubitului ei, le atinge cu limba şi le muşcă uşor.

Orice bărbat visează să-şi cucerească iubita, să-i violeze gura, să-i fure strigătele, să-i soarbă saliva până la beţie, să o pătrundă până-n inimă. Sărutând-o, se sărută. Un cerc de foc ii cuprinde, zile de-a rândul, buzele. Căci la fiecare răsărit, femeia ia în mâini soarele ce se-nalţă pe cer şi il duce la buze, bându-l. Şi îi rămâne, pe gură şi pe degete, o împurpurare ce împrumută săruturilor şi dezmierdărilor ei o savoare de foc.

Dezmierdări ale feţei

Aşa cum sexul atrage mângâieri ce lasă trupul de-o parte, aşa şi buzele constituie unica ţintă a dorinţei şi a tandreţei în detrimentul întregului chip. Totuşi, mereu descoperit, mereu accesibil, chiar şi în timpul zilei, ar putea fi obiectul unei nesfârşite atenţii. Trebuie să spunem că, în afara urechii, chipul nu are zone erogene. El nu poate fi decât câmpia tandreţii. Dar vai!, tandreţea nu este cel mai răspândit lucru din lume!

Şi totuşi, ce emoţie, ce plăcere ne cuprinde atunci când mângâiem încetişor chipul fiinţei iubite. Atunci când, adorând-o, de-abia i-atingem cu câteva degete fruntea, tâmplele, obrajii; când, pentru a o cunoaşte mai bine, ii urmăm curba sprâncenelor, dorsul nasului, conturul buzelor, apoi ovalul feţei până la bărbie! Cât de

emoţionant este să-i prinzi chipul în palmele tale! Apoi, alunecând pe spate, să-i iei ceafa în căuşul mâinilor! În sfârşit, ţinându-i

capul ca pentru o ofrandă, să-i săruţi uşor fruntea, nasul, obrajii, buzele.

Mângâierile feţei au ceva din dezmierdările unei mame, ceva protector, plin de admiraţie. Este, de altfel, ceea ce percepe iubitul(a), care se simte astfel acceptat(ă) şi valorizat(ă).

în timp ce degetele mângâie, ochii admiră. Un timp, se opresc deasupra ochilor celuilalt, fascinaţi de culoarea, profunzimea, flacăra, sclipirile lor jucăuşe. Şi-aici citesc încredere sau uşoară ironie, recunoştinţă sau dorinţă, aici pătrund în suflet, în chinurile ce-l tulbură sub aparentul calm al clipei.

Am putea să invidiem sensibilitatea tactilă a orbilor şi să fim geloşi pe fiinţele pe care ci le iubesc; dar ar însemna să uităm cât de importantă este dezmierdarea ochilor şi acea comunicare din privire pe care nimic n-o poate înlocui. Se parc că numai pentru a evita să se vadă, să se vadă intens, intim şi pentru a evita să fie văzuţi, mulţi oameni nu iau în seamă mângâierile feţei. Iar femeile suspină: „Nici măcar nu se mai uită la mine."

Dar omul care arc pentru celălalt o mare afecţiune şi încearcă să-i fie foarte aproape se cufundă în privirea fiinţei dragi. Cuprins de tulburare şi iubire, liniştit sau liniştitor, sărută cu pioşenie pleoa- pele, fruntea, tâmplele, obrajii. Şi cât de apetisantă este această piele ca de piersică! Apoi, înflăcărat, acoperă cu pupicuri aceleaşi locuri şi le parcurge culmile: vârful nasului, pomeţii, bărbia. O, chip iubit, ile te-am vedea mult mai ades cu ochii aceia de logodnic(ă), cei ai descoperirii şi ai cuceririi; de ce nu ştim să ne privim, în timpul care irece, cu ochi de credinţă şi tandreţe!

Atingând în treacăt buzele cu un sărut, să dezmierdăm acum urechea.

Oreille qui au cœur imprime
Ce que la bouche luy exprime
*Oreille à qui il fault parler Qui veult jusqu'à la cuysse aller.'**

Zonă cu adevărat erogenă, stimularea ei aruncă peste flacăra dorinţei câteva braţe de lemne. Să evităm săruturile: fac rău timpanelor şi irită. Urechea este domeniul limbii. Există aici, pentru ea, atâtea labirinturi de explorat. Vârful le urmează contururile, în mod conştiincios, pe evidentele ieşinduri. Apoi, se

strecoară până pe marginea intrării. Luându-se după jgheab, cade în canal, dar nu-i aduce mulţumire decât printr-una sau două mici scotociri. Urcă să se plimbe prin concă, prin munţi şi văi, coboară din nou pe lob. Căci nimic nu este mai apetisant decât această regească bucăţică. Linsă la început pe margini, sus şi jos, provoacă atât de multe frisoane, mai ales atunci când limba trece prin şanţul dintre ureche şi gât! Aici, gura îşi pierde răbdarea şi nu mai poate rezista. Buzele o apucă, o sug, o sorb, avide. Iar dinţii, nema¡suportând, o muşcă, o „îmbucă" şi trebuie să se abţină să n-o ronţăie.

Dar fiinţa iubită, a cărei emoţie creşte, se manifestă cu-nflăcărare acum: iar vârful limbii trebuie s-ajungă în căuşul urechii. Se-aruncă în canal, scotocind fără-ncetare şi-ndurare. Exaltată de nepotolita dorinţă a unuia, dorinţa celeilalte ajunge pe culmi. Iar buzele se vor duce atunci să caute gura care geme. Căci există clipe pentru romanţe şi clipe pentru aprigul, dar tandrul duel.

Sensibilitatea auriculară este de asemenea natură, incât unele femei juisează astfel ajungând chiar la extaz. în orice caz, cele care, în timpul mângâierilor organelor genitale, s-apropie de orgasm, il încearcă brusc dacă se adaugă şi stimularea urechii.

Urechea poate fi dezmierdată ş.i cu degetul arătător sau mijlociul care urmează aceeaşi cale ca şi limba: trasează, de-abia atingând-o, marginea urechii, se strecoară înăuntru în jgheabul helixului,

15 ***Urechea-n* inima *trimite /Dulci ale gurii mii cuvinte /De trei spre coapsă-a tendrepta / Urechii spune-i vrerea ta. (N.t.)***

coboară până-n concă pe care-o vizitează pe culmi şi-adâncituri. Şi lobul este atins, palpat cu senzualitate între degetul mare şi arătător, asemenea unei catifele. Apoi, degetul sau degetele excită încetişor dedesubtul lobului, urcă prin adânca brazdă din spatele urechii, o înconjoară pe deasupra şi se regăsesc în faţa pavilionului. Acolo, chiar în spatele perciunilor, se află o zonă moale şi golaşă, foarte sensibilă. După câteva atingeri uşoare, ca de mătase, degetele trec din nou prin spatele urechii. Este clipa menită cuprinderii, cu toate cele cinci degete, a întregului

pavilion şi a delicatei lui dezmierdări, de parc-ar fi o cupă de tafta.

Mângâierile părului

Cheveulx dorez rayons sur le soleil
*Si tres luysanz qu'ils font esblouir Iceil**

Să mângâi părul unei femei este un gest de tandreţe şi de dorinţă, căci, oricum ar fi el — cârlionţat sau drept, strâns în coadă sau împletit, în coc sau lăsat liber —, nu este o simplă podoabă; este atributul feminităţii, un semn de diferenţiere sexuală.

Femeia îi acordă cea mai mare atenţie: coaforul este, alături de iubit şi de medic, unul dintre cei trei bărbaţi care se apropie de el şi-l .iting regulat. Părul este femeia. Iar misoginii justiţiari de pe vremea I .liberării nu s-au înşelat atunci când le-au ras pe cap pe femeile infidele.

Aşadar, să atingi părul iubitei tale este tulburător. Fie că-l netezim i u unul sau mai multe degete uşoare, în jos, dacă este lung şi pieptănat; fie că ne trecem degetele puţin depărtate şi îndoite pe la rădă- > ina firelor, oarecum asemenea unui pieptene, dacă părul este scurt.

1 f. Cosite aurite, rate rupte din soare / Privirea mi -e orbită de voi. prea lucitoare. (N.I)

Pielii capului ii plac toate stimulările: şi mai ales atunci când vârfurile degetelor o masează. Presiunea trebuie să fie puternică şi să ajungă până la os. Dar trebuie să rămână pe loc. Dacă dorim să schimbăm punctul de impact, trebuie să ridicăm degetele şi să le lăsăm să treneze uşor pe deasupra până la următorul punct de aplicare. Pielii îi plac şi ofrandele subtile pe care i le-aduc unghiile: cu degetele depărtate, îndoite şi fără să părăsească locul, se implântă superficial, apoi descriu uşoare atingeri în cărare, deplasând unghia într-o direcţie perpendiculară axei braţului (dar fără să zgârie).

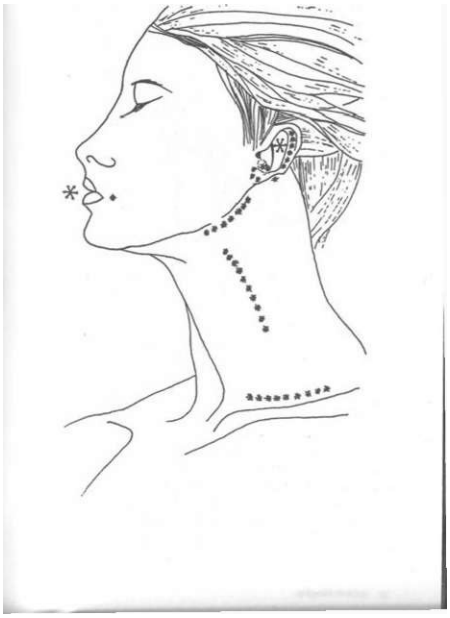
Pe întreaga suprafaţă a capului, există zone de o extremă sensibilitate. Iar iubitul(a) trebuie să le descopere. Una dintre ele este bine-cunoscută: în spate, la baza craniului, într-o gropiţă aflată între mastoid şi capătul puternicilor muşchi ai cefei, se află un izvor de plăceri. O alta este la fel de clasică: gropiţa de sub occiput.

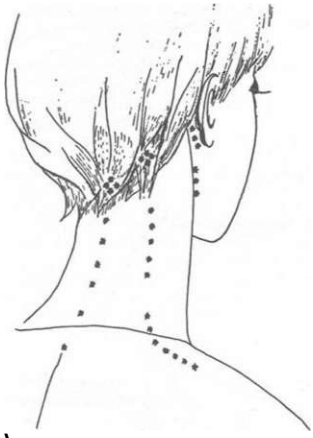
Gura ii poate urma mâinii: pe piele şi în micile fose mai ales, căldura gurii, suflul arzător al respiraţiei, dezmierdările vârfului limbii, muşcăturile uşoare ale incisivilor aprind câteva dâre de explozibil ce sunt de bun augur pentru tot ce se va-ntâmpla mai apoi.

Mângâierea pielii capului dă o impresie de mare tandreţe, o destindere a trupului, o anumită liniştire mentală. Dar poate să trezească şi câteva frisoane care străbat calma suprafaţă a corpului asemenea unui vânt iscat din senin.

Mângâierile gâtului

Zonă de legătură, plăpândă sau puternică, gâtul, prin care tranzitează viaţa sub forma unor mari vase de sânge şi a unui ax nervos esenţial, i-a tentat dintotdeauna pe îndrăgostiţi. Să amintim că, în lumea animală, cocoşul apucă găina de gât şi tot de gât o muşcă leul pe leoaică etc.; şi, ciudat, ca şi cum iubirea ar flirta cu moartea, atât oamenii, cât şi animalele sunt atraşi de ceafă, în dreptul măduvei





\

spinării, şi de regiunea carotidă, chiar acolo unde sunt vasele pline de sânge.

Femeii îi place în mod aparte faţa antero-laterală a gâtului celui iubit, îi lasă urme de dinţi şi echimoze în formă de petale cu care se mândresc orientalii, dar care sunt motiv de stânjenealã pentru occidentali. Este o suprafaţă ce poate fi şi uşor muşcată, suptă, dar şi sărutată pe nesimţite şi linsă cu delicateţe. Iată tot atâtea stimulări ce nlănţuie bărbatul şi-l poartă înspre pocăinţă. În schimb, bărbatul este atras de proeminenţii muşchi de pe faţa laterală şi de la ceafă, îndeosebi aceştia din urmă fac obiectul nemăsuratei sale pofte. I »easupra iubitei, întinsă pe

spate, ii muşcă, uneori din plin, alteori cu blândeţe, acoperind trupul femeii de frisoane. Un val de plăcere ii contractă fesele şi coapsele, ajungând până-n călcâie. Muşcăturile uşoare alternează cu muşcăturile aplicate la marginea pielii acoperite de păr, în gropiţele de sub occiput, pe-ntregul gât, până la baza lui, atât de sensibilă. Sărutări uşoare sau hulpave, dezmierdări hoţeşti cu limba, toate adăugate mângâierilor mâinii, o aduc în cele din urmă pe iubită într-o stare uluitoare.

Mângâierile braţului

Fxemplară rotunjime, umărul femeii ii simbolizează frumuseţea >1 delicateţea. Puternic, musculos, cel al bărbatului îi exprimă forţa >1 voinicia. Rotund, umărul cheamă căuşul palmei. Gest instinctiv în Intimitatea alcovului, el este astfel şi-n numeroase alte împrejurări 1111 are tandreţea are cuvântul: la plimbare, când luăm fiinţa iubită I*e după umeri, acel faţă în faţă, când ne punem mâinile pe umerii ei pentru a o privi, asculta, linişti sau a ne declara iubirea.

Divina sensibilitate a umărului se întinde şi-mprejurul lui: Insele aflate deasupra şi dedesubtul claviculei, şanţul dintre pectoral .1 deltoid (umeraşul) şi, în spate, gropiţele de lângă şira spinării (deasupra şi dedesubtul omoplatului). Convexitatea umărului şi marginile sale reacţionează de preferinţă la solicitările pline de blândeţe: uşoare atingeri, zgârieturi superficiale, delicate sărutări, muşcături de-abia simţite care determină o mare tulburare şi-o fac pe fiinţa iubită să se cuibărească. Dar dacă înflăcărarea schimbului creşte, zonele simt desfătare când sunt pişcate, frământate, zgâriate, incrustate, sărutate flămând şi muşcate.

Braţul comportă trei zone irezistibile: pe faţa sa externă, puţin în spate, o linie care duce de la fosele omoplatului până la partea externă a cotului. Pe faţa internă, o linie care merge de la subsuoară până la partea internă a cotului. în sfârşit, faţa posterioară, în chiar centrul ei, cuprinde o zonă unde pielea este fină, catifelată şi extrem de sensibilă. Doar dezmierdările pline de blândeţe sunt binefăcătoare: uşoara atingere a vârfului degetelor sau unghiilor care fac să tresară întreaga fiinţă şi-i pun serios la încercare rezistenţa.

Cotul este o zonă erogcnă de primă magnitudine, mai ales la nivelul plicei anterioare, de-a lungul şanţului transversal şi a celor două urme în V care subliniază fusul bicepsului. Aici, trebuie să presăraţi uşoare şi lente atingeri, cu vârfurile degetelor abia, asemenea unui zefir într-o zi mult prea frumoasă, sărutări dulci doar din buze ţuguiate, asemenea unui fluture care se lasă în treacăt pe-o floare. Şi tot aici, în sfârşit, asemenea unei pisici care lipăie laptele încă prea cald, dezmierdaţi cu limba.

Proeminenţele cotului la exterior şi interior, marginile sale de deasupra şi dedesubtul plicei anterioare sunt la fel de sensibile şi cer aceeaşi subtilitate. O stimulare potrivită a tuturor zonelor este destul de diabolică, aşa cum o dovedesc reacţiile fiinţei iubite, topite de plăcere şi a cărei excitaţie creşte cu câteva grade.

Antebraţul, mai ales pe feţele sale anterioare şi interne, este foarte receptiv şi preferă mângâierile uşoare. Faţa internă are, într-adevăr, plăcerea cuibărită sub piele, căci aceasta este aproape la fel de fină şi de delicată ca aceea a sânului. Iar vârful degetelor creează aici unde de uluitoare piloerecţii.

Toate dezmierdările descrise în capitolul precedent se aplică aici ansamblului cilindrului membrului superior: toate mângâierile date cu vârfurile degetelor (dezmierdarea penei, punctarea, pensula, potcoava, inelul glisant etc.), toate mângâierile oferite cu unghiile (dezmierdarea penei, zgârietura, incrustarea etc.), toate sărutările, muşcăturile uşoare şi jocurile cu limba.

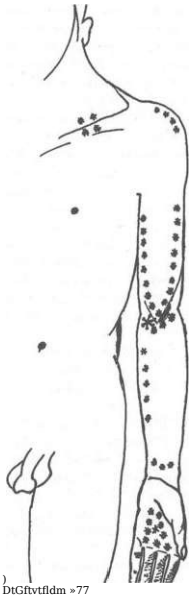
încheietura mâinii este o mină de aur cu filoane la fel de bogate ca şi acelea ale cotului. Pe-aici, trebuie să treacă uşoare vârfurile degetelor, urmând şanţurile sau trccându-le în funcţie de axa mâinii. Şi-aici e nevoie de răbdător răgaz, ca să citiţi cu vârful degetelor reliefurile acestui microcosm, aşa cum ochii caută şi cele mai mici amănunte ale unei hărţi de stat-major; să daţi nişte săruturi uşoare ca fluturii, să dezmierdaţi cu limba aşa cum face o pisică; şi să vă aşezaţi buzele pline de recunoştinţă, de admiraţie. Apoi, să exploraţi cu vârful limbii fiecare brazdă, urmându-le conştiincios, răbdător. Câteva dâre lăsate de incisivi stau mărturie că excitaţia celui dezmierdat se revarsă asupra

acelui ce dezmiardă. Nici nu v-aţi putea imagina ce porniri dezlănţuie tandreţea unei atât de frumoase plaje.
Main qui autant que la bouche peut dire O digne main qui jusque au ciel approche O doulce main, main belle, main pollye."

Mâna..., oh, mâna! Mâna unei femei! Toată fiinţa-i se află în ea, toată feminitatea, toată iubirea. Şi am putea, din tandreţe, dorinţă, admiraţie, recunoştinţă, s-o dezmierdăm ore intregi, zile intregi.

Ea este cea mai frumoasă operă a creatorului: am putea-o cerceta amănunţit, s-o întoarcem de pe o parte pe alta şi tot aşa fără să ne s.iurăm, căci este cel mai frumos obiect de artă, cea mai preţioasă nestemată. Şi este, totodată, o fiinţă ce-şi are propria viaţă. Un mic

17 o, mâiul. ce asemeni gurii poli rosti! O. mândră mănă. ce de ceruri le apropii /o. mănă dulce fi frumoasă fi aleasă. (iV.f.



)
DtGftvtfldm »77
animal mai degrabă agil, aerian, spontan, pe care doar mâna iubitului o poate prinde, el care vi-o „cere" şi căruia i-o „daţi".

Ea este cea care oferă cu dărnicie tulburarea şi plăcerea, cea care înalţă cu îndemânare, din fiecare centimetru pătrat al

pielii, note cristaline, cea care cuprinde şi explorează cu infinită delicateţe secretele sexelor. Ea este cea care dăruieşte iubirea şi tandreţea: ea afirmă, ea confirmă, ea alină, ea liniştește. Ar trebui să ne prosternăm în faţa ei, s-o acoperim de pioase sărutări, să o atingem doar în treacăt plini de respcct. Dar dorinţa este apropiată devoţiunii, iar pofta se-nveci- neazã cu recunoştinţa. Astfel, dorinţa de a o strânge, de a o săruta cu-nflăcărare, de a o devora se iveşte. Iar grija îşi face şi ca apariţia în grabă. După această revărsare de sentimente imposibil de controlat, amantul îşi poate rafina dezmierdările.

Dosul mâinii, locul politicosului „sărut mâna", este versantul respectului: sărutări uşoare, atingeri în treacăt emoţionează sufletul şi trupul fiinţei iubite. Palma, sediu al prehensiunii, este faţa carnală: mişcat(ă) de dorinţă şi recunoştinţă pentru această suprafaţă generoasă, autoare a tuturor plăcerilor sale, iubitul(a) se aruncă asupra căuşului palmei, îl umple de săruturi fierbinţi, apoi îşi răspândeşte binefacerile şi peste proeminenţele tenar (de partea degetului mare) şi hipotenar (de partea auricularului), muşcându-le chiar.

Palma este brăzdată de dâre: linia vieţii, linia inimii, linia norocului şi alte asemenea, aşa cum sunt numite în chiromanţie. Nimic nu tulbură mai mult decât uşoara, înnebunitoarea atingere a acestor linii. Ţigăncile o ştiu prea bine atunci când profită, furând tot ce apucă. O ştiu însă şi îndrăgostiţii, care încearcă adesea să-şi înflăcăreze trupurile pe această ocolită cale. Dar nu se mulţumesc să o dezmierde, căci vârfurilor degetelor le urmează vârful limbii. Lăsaţi-vă în voie, nu vă-mpotriviţi, e tot ce poate fi mai plăcut cu putinţă. Mucalitul cititor în palmă explorează fără-ncetare, dar subtil, aceste locuri: aici se află un întreg peisaj de râuri şi munţi, ce te trimite cu gândul la o hartă a Franţei unde domneşte plăcerea de-a trăi.

Coborâţi apoi cu vârful degetelor şi cu

limba pe faţa palmară
a degetelor, peninsulă
a fericirii, de o
extremă sensibilitate.
Treceţi deasupra feţei
lor dorsale,
dezmierdaţi spaţiile
dintre degete.
Mângâiaţi-le,
strângeţi-le între
police şi index, trageţi
de ele, sărutaţi-le fără
odihnă, muşcaţi-le
foarte, foarte uşor,
sugeţi-le, sorbiţi-le.
Căci sunt, *în fine,* actorii
bucuriilor şi plăcerilor
voastre. Oricâtă

atenţie le-aţi acorda, nu va fi nicicând îndeajuns de multă. Şi repetaţi-le, înfiguraţi, „O, mâini, vă iubesc”

.*Capitolul 12* **Al treilea cerc**

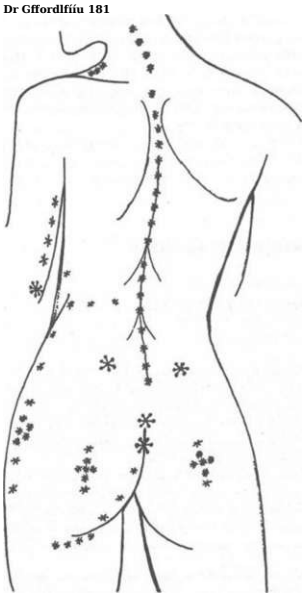
Torsul, pântecele, spatele, fesele, picioru

lDezmierdările torsului

Faţa anterioară a toracelui comportă o zonă hipererogenă: sânii, a căror sensibilitate este de asemenea natură, incât i-am clasat în cel de-al doilea cerc. Dar toracele cuprinde alte surprize.

Fosele de deasupra şi dedesubtul claviculei sunt nişte gropiţe de piele fină şi sensibilă, extrem de primitoare pentru săruturile uşoare şi atingerile hoţeşti cu limba. Subsuoara şi zona axilară care o prelungeşte spre talie sunt acoperite de o piele fină, a cărei atingere uşoară cu vârfurile degetelor sau unghia produce unde de fiori nu doar agreabili, ci chiar hazlii. Pieptul femeii este o vale în care este plăcut să plimbi un deget uşor, vârful lui şi unghia lăsând aici voluptoase dâre. în mijloc, la bărbat se află acele fire de păr prin care femeii ii place să-şi treacă, în răspăr, recunoscătoarea mână în căutare de descoperiri.

Un frison de animalitate ii parcurge şira spinării şi o face să-şi scoată unghiile. Felină, ea îi zgârie pieptul puternic. Apoi,



temându-se că a trezit pofta fiarei, îi liniștește acoperindu-i-l cu o ploaie ușoară de pupicuri sau îl sărută, plină de respect, ca pe o sfântă relicvă. Anumite femei, excesiv de tandre sau de pasionate, dar întotdeauna îndrăznețe, dezmiardă cu sânii lor pieptul păros

al bărbatului. Marginea coastelor, la limita abdomenului, este de o sensibilitate aparte care se alătură celei a părţilor laterale şi a taliei şi pe care uşoare mângâieri o trezesc...

în sfârşit, pe toată suprafaţa toracelui, degetele şi gura se dedau la tot felul de exerciţii de prestidigitaţie. Şi trebuie să ştiţi să treceţi dincolo de sâni la care, de obicei, se mărginesc dezmierdările.

Dezmierdările pântecelui

Venire rond, venire joly Ventre qui est plain de bonheur Venire gratieux au toucher Encoré plus a lacointer."

Pântecele femeii îl emoţionează până-n străfunduri pe bărbat. Ce imensă pagină albă pentru a înscrie pe ea toate literele tandreţei! Ce misterioasă boltă cu insondabile profunzimi în care se adăposteşte viaţa, în care plăcerea răsună! În această amforă, el a trăit adăpostit, legănat, plutind; în această amforă, el încearcă să pătrundă, trezind ecourile desfătării amplificate la infinit.

Pântecele este mai întâi locul mâinii: pioasă, caldă, ea se aşază pe de-a-ntregul pe culmea domului Recunoscătoare, ea-şi transmite liniştea. Atentă, în ascultare precum cea a unui medic, ea simte fremătările cărnii de femeie şi atunci, îşi dă voie să se urnească. Tot larg deschisă, mângâie cu voluptate, sprijinindu-se uşor, toată

18 Pântece drag, rotunjor / Pântece desfâtător, / Pântece gingaj la *pipăit* /Dar ţi mai mult la întâlnii. (N.t.

rotunjimea. Apoi, dezlipindu-se puţin, alunecă deasupra ei, atingând-o-n treacăt. Mai târziu, ridicându-se, desprinde unul sau mai multe degete pentru uşoare mângâieri şi alte dezmierdări de toate felurile şi în toate sensurile.

Jocurile cu vârfurile degetelor cuprind atingeri ca de puf de-a lungul contururilor, cercuri concentrice în jurul buricului, arabescuri, cuprinderi largi şi uşoare ale pielii şi *tutti quanti*. Jocurile cu unghiile comportă dâre de toate soiurile, vânătăi, zgârieturi etc. Pântecele este câmpul tuturor dezmierdărilor.

Şi marginile se dovedesc extrem de receptive: atât talia, cât şi şoldurile şi, *a fortiori*, pubisul. Talia, somptuoasă dehiscenţă a diabolicului diabolo feminin, care o face pe femeie graţioasă şi plăpândă, cheamă mâna bărbatului. Cuprinsă, tulburată, tulburătoare, îi umple de bucurie pe cei doi parteneri. E pe potriva mângâierilor uşoare care trezesc la cea iubită unde de piloerecţie, a cuprinderilor şi prinderilor largi şi familiare cu mâinile, asemenea celei cu care un iepuraş e apucat de pielea de pe spate.

Pe şold, pielea se întinde, ridicată de oasele de dedesubt şi de muşchi puternici. Sensibilitatea ei este încă şi mai mare decât cea a pântecelui şi chiar a taliei. Atingerile uşoare cu vârfurile degetelor provoacă în aceste locuri mici seisme ale căror unde fac să vibreze întregul trup. Este o vastă suprafaţă convexă pe care degetele pot face dovada măiestriei lor. După toate tipurile de mişcări ale vârfului degetelor, unghiile îşi intră-n drepturi, brăzdând, zgâriind, pişcând. Şi-atunci, mâna devine şi mai lacomă, apucând, cuprinzând în căuş şi-apoi frământând, lărgindu-şi în sfârşit acţiunea de la talie la coapsă.

Bineînţeles, acolo pe unde a trecut mâna, şi gura poate trece sau va trece, mai pricepută în anumite locuri, pentru a minuna trupul şi insori pielea.

Pântecele bărbatului
se dezmiardâ în
mijloc, asemenea
pieptului. Aceeaşi
musculatură
puternică, acelaşi pâr
şi, prin urmare,
aceeaşi atitudine a
femeii: zgârieturi de
toate soiurile

alternează cu

săruturi de toate felurile. Unghiile rumene, gura sanguină, dinţii de lildcş explorează cu voluptate părul bărbatului.

Iar jocurile acestor două animale sălbatice care urlă, scrâşnesc (fin dinţi şi se chinuiesc să nu-şi scoată ghearele alcătuiesc un spectacol înspăimântător. De-atâta tandreţe, dorinţa se-nteţeşte şi i-ar putea face să se rostogolească într-o incredibilă şi desfătătoare apropiere a trupurilor. Iar dacă ştiu amândoi să se-nfrâneze, femeia îşi poate îndrepta atenţia asupra taliei şi şoldului bărbatului, care freamătă la fel de mult ca ale sale.

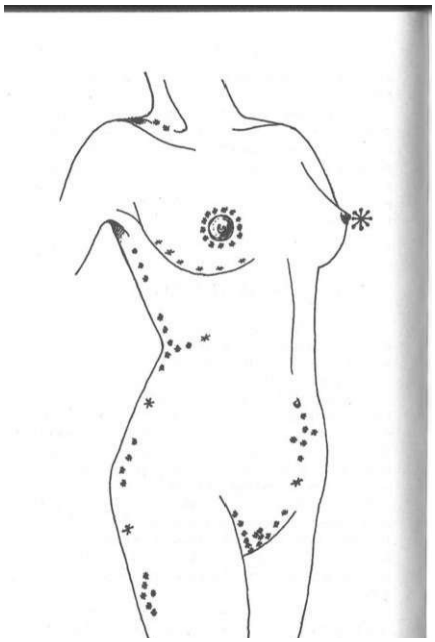
Dezmierdări ale spatelui şi feselor

De la ceafă până la călcâie, trecând pe spate, fese şi plica genunchilor, toată faţa posterioară a fiinţei umane e plină de zone deosebit de sensibile. Acestea sunt marile orgi ale plăcerii unde, la nesfârşit, se- pot interpreta fugi de neuitat.

Această extraordinară sensibilitate este, fără îndoială, o amintire din vremurile-n care, hominizi de-abia iviţi din primatele superioare, încă ne mai acuplam pe la spate, ceea ce era o apropiere logică pentru nişte, până atunci, patrupede. Trebuia, aşadar, ca toate i lapele plăcerii să fie accesibile mâinilor şi gurii. în încercarea de .1 seduce, acestea slujeau trezirii în corpul femelei a unor plăceri »are-i eliminau reticenţele şi o aduceau până acolo, încât să ceară 1 hiar împreunarea. în timpul acesteia, aceleaşi clape erau de folos în menţinerea stării ei de bine şi în înteţirea plăcerii sale. Acest tip de apropiere este şi-acum gustat datorită minunatului acompaniament de mângâieri pe care-l permite şi a profunzimii penetrării pe care o oferă.

Atunci când oamenii, ajunşi în poziţie bipedă, le-au întors

cu lotul pe iubitele
lor, apropiindu-se din
acea clipă prin faţă,
spatele a putut
rămâne câmpul de
acţiune a mâinilor.
într-adevăr, în timpu



îmbrăţişării, mâinile, mai ales cele ale partenerului aflat dedesubt, interpretează nenumărate sonate de mângâieri, pişcături, zgârieturi şi apăsări pe dosul partenerului. Căci atât prin gurile şi sexele împreunate, dar şi prin acţiunea posesivă şi violentă a mâinilor şi braţelor, amanţii se topesc unul într-altul şi se contopesc.

La început, mâinile rătăcesc şi hoinăresc, fără de grijă. Treptat, încep s-apese din ce în ce mai tare. Şi, în clipa cântecului de orgă, atacă furioase claviatura, pătrund carnea cu vârful degetelor şi unghiile, într-o dezlănţuire finală. Dar încetişor, mâinilor, căci încă n-am ajuns până acolo şi, oricum, scopul nu este, neapărat, acesta. Fiţi, vă rog, fără de ţel. Deocamdată, fiinţa iubită s-a întins pe burtă pe un pat ademenitor, iar spatele îi freamătă. Amantul(a) a încremenit, căci totul îl(o) atrage şi nu ştie de unde să înceapă.

Şi-atunci. mângâie din privire acest trup prelung ce i se oferă, minune a creaţiei. Niciun animal nu are această simplitate estetică pe care n-o împodobesc nici culori, nici ornamente, pe care n-o ascund nici blănuri şi nici pene. Probabil că liniile şi volumele i-au fost perfecte din moment ce evoluţia i-a smuls orice podoabă. Nuditatea nu poate fi decât rezultatul unei perfecţiuni morfologice.

Formele fiinţei umane sunt simple, pure şi armonioase. Şi nu e greu de înţeles de ce, de veacuri, toţi artiştii se străduiesc să reproducă sub toate unghiurile trupul gol al femeii şi al bărbatului. În orice caz, de n-aparţinem celei mai frumoase specii, parte suntem a celei mai narcisice.

Or, aşadar, ochii iubitului(ei) urmăresc deschiderea gâtului inspre umeri, linia spatelui, cascada şalelor, strânsura taliei, uluitoarea bulboană a feselor, brazda dintre ele cu necuprinse taine, l usul picioarelor crestat de căuşul genunchilor.

Şi pentru că un anume ceva plin de frumuseţe provoacă pofta ile a apuca şi pentru că tandreţea şi dorinţa le însufleţesc, gura şi mâna îşi iau avânt. Prima se pune pe gât, a doua se aşază pe scobi- lura şalelor. Şi astfel începe o improvizaţie de

netranscris. Arpegiile şi acordurile prodigioase şi voluptoase ale celor doi protagonişti sunt de nedescris, arabescurile şi desenele pe care le fac, de nepovestit. De-abia de pot înfăţişa zonele fecunde, atâta sunt de numeroase şi numeroase sunt şi modalităţile de a le face mai rodnice. Totul este sărut, muşcătură şi uşoară strângere cu dinţii. Totul este atingere, zgâriere, pipăire.

Ştiu cât de tentantă şi ispititoare este ceafa. Un sărut uşor va strânge aici o ceată de frisoane pe care alte dulci săruturi vor încerca să le prindă din urmă, de-a lungul gâtului, umerilor, spatelui. Unii împătimiţi vor încerca să le ajungă de-a lungul feselor şi picioarelor până la călcâie. Gura lasă pupicuri pe ceafă, scotoceşte prin fosele occiputului, la rădăcina părului, coboară pe liniile gâtului. Dinţii îşi pierd răbdarea şi muşcă din carnea din care se înalţă un nor de plăceri. întreg trupul tresare. Şi pun pariu că pântecele răsună de ecourile plăcerii. Partenerul(a) vădeşte primele semne de rătăcire, încă bine stăpânite.

Atunci, ne putem lăsa gura să alunece de-a lungul rotunjimilor umărului, acoperindu-le cu săruturi uşoare, care se măresc şi se-adân- cesc în săruturi gurmande şi-n supturi, apoi se-ascut în muşcături jucăuşe. De ici-colo, limba iese pe furiş, vicleană, sau desenează arabescuri pe curbele umărului. Un tratament la fel de-ameţitor este rezervat şi spatelui. Gura urmează ieşindurile vertebrelor, sare de la una la cealaltă, de parcă ar cânta cu voioşie la fluier, însoţindu-şi opera cu muşcături şi atingeri cu limba. Şanţurile aflate de fiecare parte a vertebrelor au parte de aceleaşi delicii. Aici, senzaţiile sunt mai liniştitoare: după exaltarea gâtului, e blânda moleşeală a spatelui.

Părăsiţi căile romane ale centrului torsului şi mergeţi să vă plimbaţi pe întreaga-i întindere. Spate frumos, spate vast, fericită câmpie! Lăsaţi-vă buzele să rătăcească, să culeagă, să ciugulească, însămânţaţi cu vârful limbii, trudiţi, săpaţi cu dinţii, căci nu plăcerea e-aceea care lipseşte! Intoarceţi-vă din nou la calea regală pentru a cobori spre şolduri. Mergeţi în pas vioi. Ajungeţi

la rodnicele câmpuri ale şalelor. încetiniţi, oprîţi-vă o clipă: de-aici se-nalţă stoluri de frisoane.
Dr.GffordWfu 189

Terenul urcă-n pantă, urmaţi-l, căci trebuie să vă căţăraţi pe dealuri. La mijlocul drumului, se află un loc aparte, exact la jumătate între adâncitura şalelor şi începutul brazdei dintre fese. Este o zonă extraordinară. Săruturile provoacă aici o stranie şi paradoxală impresie: un val de plăcere şi de linişte plin invadează trupul, în timp ce o dorinţă de a face dragoste se iveşte dintr-odată în pubis. Faceţi un popas în acest uimitor loc de observaţie. Căci ceea ce urmează vă va cere rezistenţă.

Vă las să vă închipuiţi rătăcirea pe care o vor cauza gura şi limba ce atacă împreună brazda dintre fese. La intrarea în trecătoare se află o gropiţă atât de sensibilă, încât stimularea ei îi provoacă fiinţei dragi o explozie de delicii: este un adevărat detonator. Iar dacă vă place să vă jucaţi cu focul, puteţi să adăstaţi prin preajma-i. Aţi devenit prudent de când aţi dat de ea. Explorarea continuă cu vârful buzelor şi-al limbii. Nu-i bine să intraţi în prăpastie; înaintaţi mai degrabă pe buza ei, duceţi-vă până la şănţuleţul de sub fesă. Apoi, alergaţi să vă destindeţi pe culmea dealurilor.

Cu buzele, culegeţi-le florile, cu vârful limbii, gustaţi-le polenul, adunaţi-le roadele cu incisivii. Şi-atunci, dacă inima vă dă ghes, lăsaţi-vă în jos în trecătoare, asumându-vă riscurile şi primejdiile, căci este cu putinţă să fiţi prins într-un vârtej de dorinţe care o să vă facă să uitaţi de voioasa plimbare prin cel de-al treilea cerc.

Mai degrabă, vă sfătuiesc să luaţi din nou cârja de pelerin şi să vă îndreptaţi spre membrele inferioare. Coborând dealurile, veţi cădea, înainte de a ajunge la povârnişul pulpelor, într-o albie adâncă, în care apropierea fierbinţilor izvoare ale supremei plăceri dă floare unor lotuşi ai voluptăţii, pe care, cu adoraţie, va trebui să îi culegeţi.

Cu păreri de rău, gura alunecă pe platoul feţei posterioare a pulpelor unde, cu uimire, descoperă şi alte câmpuri de flori, unde lasă brazde de fericire. Căci este şi un loc care, el singur, merită un circuit complet, bogat fiind cu o floră şi faună de plăceri pe care trecerea călătorului le înfiorează. Dar vom

vorbi despre toate
acestea altă dată

.Trebuie să poposiţi în căuşul popliteu, în spatele genunchilor. Acesta-i tărâmul săruturilor blânde sau ciugulite, dar mai ales al limbii. Niciun alt loc n-ascunde atâtea comori de frisoane ce cuprind tot trupul, nici atâtea scântei de plăceri care vărghează întreg membrul. Veţi vedea cum, de-a lungul pulpelor, coapselor, feselor, pielea se cutremură şi muşchii se cabrează. Dacă mai aveţi putere, mergeţi să vă plimbaţi, asemenea unui dansator pe sârmă, pe linia de creastă a pulpelor şi a călcâiului lui Ahile: căci sunt pe potriva a mii de piruete şi jonglerii ale gurii.

Dacă mâinile nu au avut iniţiativa, ele vor prelua ştafeta. De asemenea, pot să fi însoţit săruturile, dacă nu cumva buzele şi degetele vor fi alternat. Totul este posibil, totul este permis. Şi nu-i cu putinţă să le descriem virtuozitatea. Degetele şi mâinile nesfârşit mai libere, mai dezinvolte, mai agile decât gura, se lasă-n voie din toată inima pe imensa claviatură. Urmează aceleaşi căi ca şi gura; în acelaşi sens sau în sens contrar. Aici poate fi aplicată întreaga gamă de dezmierdări citate în capitolul precedent. Câmpul este liber şi nemărginit. Nu voi indica decât câteva posibilităţi.

Uşoare, degetele şi unghiile explorează protuberanţele şi fosele occiputului, descoperind aici plăcute frisoane. Coborând puţin, pe gât, pot începe să apese. Degetul mare şi indexul, de pildă, pişcă abia fibrele muşchilor acolo unde se leagă de occiput. Ori unul sau mai multe degete masează această zonă. Acţiunile acestea determină o destindere musculară şi mentală instantanee.

Redevenind superficiale, degetele alunecă pe parabola gâtului şi a umerilor. Această atingere în treacăt zguduie de mulţumire întregul trup al fiinţei iubite. Unghiile, prin câteva dâre, incrustări sau pişcături in*pizzicati*, ii punctează plăcerea. Iar mâna se lasă acum cu totul pe muşchii de dedesubt — trapezii, întotdeauna contractaţi, căci poartă greutatea capului şi-a grijiilor. Să facă altceva, mai bun: să prindă, între police şi celelalte degete, pielea şi muşchiul în adâncime şi să le frământe. O plăcere nebună îl invadează pe celălalt, ale cărui tensiuni şi rezistenţe se pierd.

Dr.CimrdLekv 191

Tot jgheabul de la mijlocul spatelui, de la occiput şi până la şanţul dintre fese, este de o excepţională sensibilitate. Uşoara dezmierdare cu vârful degetelor şi zgârieturile unghiilor dezlănţuie aici o harababură de senzaţii voluptoase care se împrăştie în toate direcţiile. Iubitoare şi viclene, degetele părăsesc această potecă mult prea umblată pentru a se aventura de-a lungul spatelui, acoperindu-l de plăceri diverse. Şi nimeni nu le opreşte să facă un ocol până acolo unde se naşte sânul, pe care această vizită neaşteptată il emoţionează şi care insistă să mai rămâneţi. Dar nu trebuie să vă pierdeţi pe drum. Întoarceţi-vă la jgheabul cel din mijloc. Exersaţi, cu vârful degetelor, o presiune asupra torsadei muşchilor care coboară de fiecare parte a coloanei vertebrale. Aceştia sunt mult prea contractaţi, mai ales la oamenii crispaţi, „prea strânşi în spate”. Masajul pe care-l faceţi destinde şi alină.

Aduceţi incă şi mai multă fericire alunecând şi sărind din nou, de la occiput la brazda dintre fese, pe micile cocoaşe ale vertebrelor. Apoi, oprindu-vă asupra fiecăreia dintre ele, apăsaţi uşor. Nimic nu este mai odihnitor şi mai tulburător.

Pe drum, ajungeţi, urcând din căuşul şalelor înspre fese, în această extraordinară zonă semnalată mai înainte, care corespunde apofizelor măduvei spinării şi zonelor laterale ale acestora — ultimele vertebre lombare şi primele sacrale. Apăsarea oaselor şi a muşchilor determină aici o incredibilă destindere şi, în mod contradictoriu, o reîntoarcere a energiei. Vă simţiţi bine şi puternic. O stranie nevoie de a penetra sau de a fi penetrată vă sfredeleşte pcrineul. Această zonă este balamaua în jurul căreia corpul se închide şi se deschide în mişcările de comună penetrare. Este punctul de ancorare a imboldului bărbatului spre femeie şi al femeii spre bărbat, în baletul lor .imoros.

Culmea feselor se-atinge doar cu vârful degetelor, dezmierdare uşoară plină de respect şi admiraţie. Aceasta freamătă atunci asemenea pielii unui cal sub înţepătura unui tăun şi se întăreşte. Cine n-a văzut vreodată cum se inalţă, freamătă şi se cabrează o fesă sub impulsul unui deget, va muri fără să cunoască pofta cărnii, vibraţia unui trup. Mângâierile pot atunci să devină mai apăsate, iar mâna, îndepărtându-se, poate masa părţile cele mai cărnoase şi mai carnale ale corpului. Căci, nu

numai că fesa este foarte sensibilă, ci şi, aşa cum ştie orişicine, un simbol sexual, ceea ce înfierbântă cu atât mai mult creierul.

Unii cinici şi profanatori reduc femeia la aceste fese, trunchiind iubirea, transformând-o într-o poveste dosnică. Dar sigur este că aceste emisfere rămân un semnal sexual autentic şi major. Mersul femeii le întăreşte efectele. Iar simţul estetic ajutând instinctul, femeia acordă mare atenţie profilului acestei regiuni. Cât despre bărbat, oricât de intelectual şi cast va fi el, primeşte acest semnal în straturile arheoccrebrale şi-atunci are nevoie de seculara-i povară a culturii şi de seculara-i povară a religiei pentru a nu-şi urma impulsul şi-a nu trece la act.

Sensibilitate, simbolism, e de-ajuns pentru ca fesa să-i atragă pe micii şi pe marii sadici. Cei mărunţi sunt bărbaţii cărora le place să pişte, în mod excepţional cei care nu se pot stăpâni să nu ciupească o fesă şi pe care orice femeie riscă să-i întâlnească într-o zi. Cei mari sunt aceia care au putere şi carc-i pedepsesc pe păcătoşi şi delincvenţi bătându-i, cu mâinile goale sau folosindu-se de gârbace ori beţe, la fund. Această zonă este într-atât de erogenă, încât beneficiarii, dacă pot spune astfel, pot să afle aici o anumită plăcere, aşa cum o mărturisea)ean-Jacques Rousseau.

Chiar în josul jgheabului spatelui, în chiar locul unde se transformă în brazda dintre fese, se află o gropiţă pe care am putea-o numi poarta paradisului: stimularea uşoară şi atentă duce la asemenea reacţii ale fiinţei iubite, încât ne-am putea teme că o să ceară încă şi mai multe, mult prea repede. Ea-l inundă într-o divină plăcere care-l face să îngăduie accesul spre locurile sacre. Înaintaţi, dacă voiţi, dar există riscul ca ameţit(ă), cu un(o) partener(ă) rătăcit(ă), să vă abandonaţi planurile de a vă dezmierda „fără de scop”.
DrGtarrildm 193

Dacă nu vă simţiţi prea sigur(ă) în hotărârea dvs., depăşiţi trecă- torile paradisului fără să vă afundaţi Ln ele, veţi avea parte oricum de indeajuns de multe senzaţii. Mărturie stă fiinţa iubită cu ale sale zbuciumări. Şi-atunci, veţi regăsi şănţuleţele de sub fese, platoul coapselor, plică genunchiului, pulpele, tălpile. înscrieţi aici toate fericirile posibile. Toate suprafeţele acestea sunt extrem de sensibile şi jubilează atunci

când sunt adorate. Ochiul şi mâna se bucură văzându-le şi simţindu-le, pielea se umple de mii de senzaţii şi arde-n mii de plăceri. Acolo se află, ca şi aiurea, recolte pentru o viaţă intreagă.

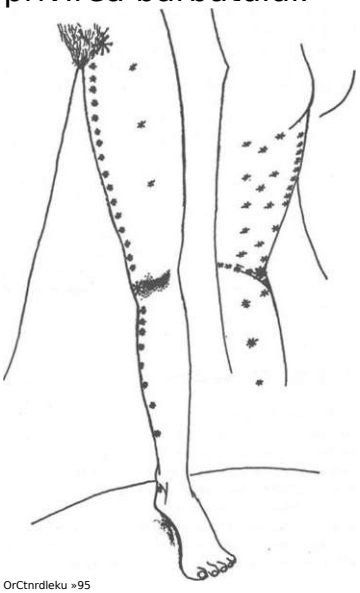
Pielea membrelor inferioare este în mod aparte sensibilă la femeie, dorinţa ţâşneşte din fiecare por şi atrage irezistibil mâna care dezmiardă; atingerea uşoară a feţei posterioare a pulpei şi a căuşului popliteu, ce se strecoară pe furiş spre interiorul coapselor şi al genunchilor, ii înfierbântă pielea şi aprinde jerbe de plăceri care-i aţâţă frumoasa fiinţă. Fericită muritoare aceea ce a primit o bucată de soare în ziua-n care s-a născut! Fericit bărbat acela ce poate să se-apropie de astcroidul încastrat!

Dezmierdările piciorului

Dc fiecare dată când te-apropii de o parte a trupului feminin, eşti tentat să spui: „Nimic nu-i mai frumos, nimic nu-i mai sensibil[44]. F.-adevărat că faţa, gâtul, umărul, braţul, sânii, pântccelc, fesele, pubisul etc. împreunează perfecţiunea estetică şi o vie senzualitate. Iar, prin calităţile ei, fiecare parte simbolizează feminitatea.

Putem spune despre piciorul femeii că este, prin liniile şi contururile sale, o desăvârşită creaţie şi o evocare intru totul feminină. De altfel, este, chiar înaintea gurii, sânilor şi feselor, semnalul cel mai utilizat în publicitate. Şi, totodată, ţinta cea mai căutată de

privirea bărbatului.



OrCtnrdleku »95

În epocile pudibonde, picioruşul delicat al vreunei marchize sau cel vioi al vreunei păstorițe erau de-ajuns pentru a-i suci mințile unui nobil de țară. În alte timpuri, doar la vederea unui genunchi îndrăgostiți intrau în transă. În vremurile fericite,

gambele „cancanurilor” înnebuneau bărbaţii din sală. Iar domnii în jiletci ajungeau să se dueleze pentru jartelele demimondenelor. Şi nu-i niciun deceniu de când specia masculină trăia într-un stres continuu din cauza minijupelor şi-a numitelor *panty.*

Căci picioarele, liniile lor, mişcările lor îi lovesc pe bărbaţi din plin şi cheamă la nişte fericiri de care nu s-ar sătura vreodată. Spaţiul dintre pulpe, care despică silueta feminină, evoca fanta vulvară pe care, într-o oarecare măsură, o prelungeşte. Convergenţa celor două fusuri îndreaptă şi ea atenţia înspre un punct care corespunde sexului. În sfârşit, deschiderea acestui minunat compas este un gând ce-l străbate instinctiv pe orice bărbat. Pe scurt, membrele inferioare ale femeii au, în ochii bărbaţilor, o puternică încărcătură senzuală. Că ne-o dorim sau nu, picioarele femeilor sunt o promisiune de fericire. Aici, pielea este extrem de sensibilă. Dacă romanticii încearcă să cucerească inima femeii adorându-i mâna, craii îi încercuiesc trupul infierbântându-i picioarele. Regiunea se-aprinde precum iasca.

Feţele laterale ale genunchilor, mai ales faţa internă, sunt foarte sensibile, ca şi căuşul popliteu din spatele lor. Uşoare atingeri cu degetele sau unghiile duc ia o-nălţare a dorinţelor în tot membrul şi la un freamăt de plăcere în tot trupul care, brusc, se încordează.

Cuisse mort bien, ma joye
Cuisse qui a la chaleur telle
Qu'a y toucher chose est mortelle.”

Pulpa este de jur împrejur excesiv de receptivă. Feţele interne şi posterioare sunt cele mai rodnice în senzaţii. Atingând cu inspiraţie şi

19 ***Pulpd, al meu bun ţi bucurie. / Pulpă cu-afa o fierbinţeala. / C-alingerea-fi Imi e fatală. (S.I.)***

îndemânare aceste zone, amantul declanşează o irezistibilă tulburare în fiinţa iubită, căderea oricărei rezistenţe şi desfacerea picioarelor.

Faţa internă are o piele atât de sensibilă, încât numai dezmierdările uşoare cu vârful degetelor şi unghiile sunt prielnice. Senzaţiile trezite sunt diabolice, căci ajung direct în organele genitale pe care le tulbură.

Faţa anterioară, căreia-i plac stimulii mai puternici şi mai variaţi, constituie un câmp de aplicaţii pentru toate

mângâierile: vârfurile degetelor pot desena tot soiul de figuri, schiţa tot felul de paşi, merge ca păianjenul, aluneca precum potcoava sau inelul cingătoare, pot s-o pişte, s-o cuprindă, s-o maseze, s-o frământe. Unghiile o pot zgâria, incrusta, ciupi. Senzaţiile au o nuanţă mai degrabă ludică decât excitantă.

Faţa internă a picioarelor are aceeaşi preţioasă sensibilitate ca şi faţa internă a pulpelor sau genunchilor. Prin urmare, cere aceleaşi subtilităţi care determină o aceeaşi excitaţie a sexului, dar de o mai mică intensitate. Faţa posterioară, sau pulpa piciorului, mai cărnoasă, acceptă toate dezmierdările descrise sau toate acelea pe care vi le veţi imagina. Feţei externe, mai osoasă, nu-i plac decât atingerea uşoară cu degetele şi apăsarea unghiilor. Întregul diedru anterior al piciorului află plăcere într-o mângâiere superficială de tipul potcoavei sau puţin mai apăsată de tipul inelului glisant.

Într-adevăr, este bine să vă ocupaţi de tot membrul inferior, de la şold până la talpă. Căci acesta este o lungă claviatură care cere o mişcare amplă, de la un capăt la celălalt al octavelor: într-un gest amplu, mâna alunecă de sus în jos, legând coapsă, genunchi şi pulpă, descriind spirale de la o faţă la alta, rotindu-se din faţă în spate şi invers; ea uneşte întreaga suprafaţă internă de la pliul inghinal până la călcâie — o aceeaşi delicioasă sensibilitate îl caracterizează — într-o îndelungă atingere uşoară cu vârful degetelor sau al unghiilor, într-un du-te-vino, în arabescuri şi alte figuri; se întoarce pe cealaltă parte şi bate din nou aceeaşi cale, dar îndărăt. Apoi, mâna urcă până-n faţa admirabilului cilindru şi lasă să-i alunece policele şi
Dr.CffortKtai 197
indexul aşezate în formă de potcoavă, apoi de inel cingătoare, pişcă, frământă, se strecoară pe faţa externă, cuprinzând în palmă delicioasa coloană, şi dezmiardă fesa, coapsa, genunchiul, pulpa. Este un balet indescriptibil în care alternează toate figurile, la fel de variat şi imprevizibil precum zborul unui stol de anofeli.

Gura o ia pe urma degetelor. Aici» ea aşază uşoare sărutări pline de adoraţie; mai încolo, apasă în săruturi impetuoase. Aici, buzele schiţează profilul membrului; colo, ele împart din plin pupicuri. Pe feţele cărnoase (coapse, partea anterioară şi pulpă), dinţii muşcă adânc sau uşor. Pe feţele

sensibile (partea interioară a coapselor, a genunchilor, a piciorului), limba e-n sărbătoare; cu bucurie, îşi oferă bunătăţile şi se pierde şi în zonele limitrofe: plică vintrelor şi călcâiul. Ea trasează desăvârşitele contururi ale membrului, acoperă golurile cu darnice tuşe, împodobeşte suprafeţele cu puncte răzleţe.

Piciorul poate constitui, de unul singur, obiectul unei îndelungi adoraţii. Ca şi mâinile, picioarele sunt un soi de mici animale cu viaţă proprie; sunt sensibile, maliţioase, complexe.

De fiecare parte a călcâiului lui Ahile şi ocolind cele două glezne, înspre sfârşitul pulpelor şi călcâie, se află o linie scobită. Acestor gemene le plac uşoarele atingeri şi zgârieturile. Le place şi să-ţi pui degetul mare într-una şi indexul sau mijlociul în cealaltă şi să ciupeşti călcâiul lui Ahile, ce va tresări cât e de lung. Şi, în sfârşit, le place să fie pupate, sărutate şi linse.

Spatele piciorului e mulţumit dacă vârfurile degetelor îl ating în treacăt, dacă unghiile îl parcurg în voie, il zgârie sau se implântă. Adoră ca gura să-l acopere de pupicuri ori, nesăţioasă, să i se stri- vească-n carne. Ca pretutindeni, alternanţa dintre senzaţiile uşoare şi puternice provoacă tremurul.Marginile externe şi interne freamătă sub dezmierdarea falangelor sau a buzelor. Dar preferă să fie strânse între degetul mare şi index, să fie ciupite între două unghii sau muşcate ca din joacă. Cel mai adesea, planta piciorului este de neatins prin stimulări super- ficiale, căci se gâdilă, mult prea uşor. Acceptă însă stimuli mai puternici: apăsare, incrustare, pişcare, săruturi ude cu toată gura, grele ca primii stropi ai unei furtuni. Sub călcâi se află punctul de acupunctură a cărui solicitare exaltă puterea sexuală.

În spaţiile interdigitale, arătătorul sau mijlociul se strecoară, gâdilă, pişcă, ciupeşte. Unul câte unul, degetele de ia picioare sunt prinse intre police şi index, malaxate, răsucite, trase. Carnea le este ciupită şi zgâriată uşor, iar unghiile fiecărui deget, pişcate. „El va atinge fiecare deget, va ciupi capetele unghiilor” (26). Apoi, toate degetele de la picioare sunt, rând pe rând, pupate, muşcate, supte. în sfârşit, tot piciorul, într-un gest de unificare, de apropriere, de poftă este prins, masat, îndoit, întins, răsucit, sărutat, lins, muşcat.

Toate acestea nu oferă decât o idee despre nenumăratele jocuri la care se pretează piciorul. Mama adora deja să se joace cu picioruşul bebeluşului ei, iar acesta râdea în hohote de

fericire. Pentru îndrăgostit, este o neasemuită dezmierdare, plină de tandreţe. Pentru îndrăgostită, este o stare de bine, oferindu-i siguranţa că este iubită de la un capăt la altul al fiinţei sale.

La rândul lui, bărbatul se bucură de aceleaşi favoruri, din coapse până-n călcâie. Dacă ştie să-şi descătuşeze sensibilitatea, să-şi asculte senzaţiile, poate să se desfete la fel de mult. Cât despre femeia care-l mângâie, plăcerea ei este să vadă cum, sub firele de păr, se iţesc şi se întăresc muşchii iubitului. Şi, mai ales, ea se străduieşte să-l înveţe

pe bărbat propria-i senzualitate care nu este diferită de-a ei, să i-o reveleze cu răbdare şi convingere. Nici firele de păr, nici muşchii nu elimină miracolul pielii amândurora: puterea de a crea euforia .

Capitolul 13 Al doilea cerc

Al doilea cerc include zone de o mare eroticitate care tânjesc după organele genitale. Acestea sunt pubisul, perineul, regiunea anală şi sânii. Pomenitele zone se află în apropierea vetrei arzânde a iubirii; unii cred că, atingându-le, e ca şi cum ţi-ai băga mâna în foc, iar trupul întreg îţi va fi cuprins de flăcări. Nu-i adevărat, decât în cazul unei strategii obişnuite.

Aici, aşa cum deja aţi înţeles, nu se pune problema unei anumite mângâieri în vederea atingerii unui anumit scop, după un program stereotip. Aici căutăm dezmierdarea în sine, pentru propria plăcere, pentru destinderea pe care o oferă, tandreţea pe care o inspiră, în clipa prezentă, fără niciun plan.

Astfel, dacă aceste mângâieri dăruiesc inegalabile plăceri, trebuie să le savurăm pentru ele insele; dacă mesajele lor sunt nemaipomenit de plăcute, lucrul acesta nu înseamnă neapărat că sunt nişte invitaţii la alte ospeţe. Totuşi, este foarte

bine dacă festivităţile se prelungesc, dacă dezmierdările devin parte a preludiului şi dacă, mulţumită acestei pregătiri, ţâşnesc uluitoare focuri de artificii. Cu condiţia să nu se cadă de fiecare dată în aceleaşi automatisme.

O Gérard Leieu 201

Pieptul bărbatului

Mamelonul bărbatului este prea puţin rodnic în plăceri. La 50% dintre ei, stimularea acestuia este chiar dezagreabilă. La cealaltă jumătate, uşoara atingere a mamelonului şi a areolei cu degetul ori limba poate să tulbure, dar nu mai mult. Fără îndoială, o subtilă condiţionare ar putea să dezvolte eroticitatea locală.

Dimpotrivă, dezmierdările pectoralilor sunt resimţite în mod plăcut de toţi bărbaţii; şanţul subpectoral este cel mai sensibil. Femeilor le place să-l atingă şi să-l bată uşor cu degetele, tot ele se dau în vânt să-l zgârie ori să-l pipăie, să-l acopere de gingaşe săruturi — toate acestea sunt o bucurie pentru carnea bărbatului. Aceste jocuri feminine, delicate, elegante, pe un tors ii tulbură, prin contrast, pe ambii parteneri; şi-l înduioşează pe bărbat, îi dau din nou încredere în propria-i virilitate.

Pieptul femeii

Tétin de satin blanc tout neuf Tétin qui fait honte à la rose Quand on te voit il vient à mainz Une envie dedans les mains."

Sânul feminin este rodnic mai ales în plăceri; bărbatul o poate invidia pe tovarăşa sa pentru acest supliment de fericire. Nemaipomenita şi irezistibila lui sensibilitate îl transformă într-un loc al desfătărilor; şi după cum s-a dovedit, prin plăcerile pe care le ivesc aici, amanţii le vrăjesc pe frumoase. Căci mângâierea sânului tulbură sexul femeii, mărturie stând turgescenţa şi lubrificarea sa;

10 Sân alb de neîntinat satin /Mai dalb decât un trandafir, / De jind, totomu' te-ar

cuprinde /Cu mâini
flămânde. (N.t.

)anticii credeau chiar că există o comunicare directă intre sâni şi vulvă; de altfel, unele femei pot obţine acmeea prin această dezmierdare. Oricum ar fi, asocierea stimulării mamelonului cu stimulările genitale sporeşte senzaţiile.

Sânul îşi datorează senzualitatea delicateţei tegumentelor protuberanţei şi areolei care beneficiază de o bogată inervaţie; nu este sigur că aici s-ar afla corpusculi ai voluptăţii. Erogenitatea sânului se explică şi prin generoasa-i vascularizarc; în timpul excitaţiei, areola, mamelonul şi glanda mamară se umplu de sânge; această congestie ţine de plăcere, aşa cum se întâmplă în orice zonă erogenă.

Fascinaţia bărbatului pentru sânul feminin este universală. Dar de unde vine irezistibila poftă de a-l mângâia? înţelegerea ei echivalează cu o mai deplină apreciere şi o mai iscusită dăruire a celei mai frumoase dintre dezmierdări.

Dorinţa de a prinde sânul este o reacţie la un semnal sexual, într-adevăr, sânul este un atribut care, prin văz, declanşează la receptor stimularea instinctului sexual. Toate speciile animale sunt inzestrate cu „declanşatori" — potrivit denumirii lui Lorentz — care emit semnale captate de receptorii specifici şi aţâţă instinctul. Aceste semnale se adresează vederii, simţului tactil, auzului ori mirosului.

Odată captat de organele noastre de simţ (ochi, piele, nas, urechi), mesajul este transmis la straturile arheocerebrale, sediu al pulsiunilor noastre instinctive; acesta va declanşa imediat o acţiune în vederea înfăptuirii actului sexual. De pildă, vederea unui sân se reflectează şi se transformă aici într-o dorinţă de a pune mâna nu doar pe sân, ci şi pe femeie; cu atât mai mult cu cât impactul iradiază până la talamus, creierul afectivităţii, şi ne tulbură. Atunci când nu este momentul ori dacă femeia nu este de acord, cortexul — creierul raţiunii — trebuie să ne înfrâneze. Civilizaţia este arta amânării instinctelor.

Desmond Morris afirmă că, înzestrându-le pe femei cu asemenea sâni, evoluţia le-a jucat bărbaţilor un renghi: pentru femelele strămoşilor noştri, maimuţele primate, semnalele sexuale
Or Uraţi irifu 20)
constau într-o pereche de fese rotunde şi cărnoase, centrate pe buzele trandafirii ale vulvei; la vederea masculului, ele se puneau

într-o anumită poziţie, oferindu-i posteriorul — lucru pe care şi acum il fac, aşa cum se poate constata în grădinile zoologice; apoi, humanoizii s-au ridicat în picioare şi mâinile s-au specializat, fapt care a avut două consecinţe: pe de o parte, poziţia bipedă a escamotat vulva între coapse şi fesele şi-au pierdut rolul de semnal principal; pe de altă parte, prehensiunea a determinat deplasarea centrului de interes de la faţa posterioară la faţa anterioară a individului; prin urmare, natura era silită să redistribuie semnalele, ceea ce a şi făcut prin „autoimitaţie". Roşul rujului il imita pe acela al vulvei, aşa cum rotunjimea sânilor o imită pe aceea a feselor. Evoluţia a aşezat o copie a semnalelor posterioare pe versantul anterior.

Toate acestea sunt cu atât mai plauzibile cu cât, în forma lor actuală, sânii par inutili din punct de vedere biologic. La animale, alăptarea se face prin mici mamele care se transformă în nişte simple sfârcuri în afara perioadelor de lactaţie. În lumea animală, femeia este singura înzestrată cu sâni permanenţi; mai mult, ei sunt aşezaţi în avanscenă şi sunt clar semnalizaţi de cercul de foc al areolelor, un adevărat lux îngăduit de generoasa natură. Şi-atunci, la ce folosesc, dacă nu pe post de semnale?

Iată de ce educaţia femeilor vizează să le inculce „decenţa", care constă în ascunderea acestui sân pe care bărbatul doreşte prea mult să-l vadă. Dar, în felul acesta, femeia întărâtă pofta bărbatului, pentru că interdicţia îmboldeşte la transgresiune, iar transgresiunea sporeşte deliciile. Fiind interzis, sânul devine şi mai apetisant. Cu atât mai mult cu cât, dacă femeia îşi ascunde farmecele, nu o face prea bine; se joacă pur şi simplu cu focul. Toată moda din toate timpurile a constat în a-i lăsa cât mai la vedere fără a-i arăta ori numai pe sfert sau pe jumătate; numai în vremea Consulatului, „vaporoasele" şi-au oferit sânii în întreaga lor splendoare.

Trebuie oare să ne temem că evoluţia moravurilor şi îndeobşte moda sânilor goi vor banaliza semnalul şi-l vor imuniza pe bărbat împotriva puterii lor erogene? Nu, pentru că mulţi sunt chemaţi, dar puţini sunt aleşi; bărbatul este condamnat să vadă mult şi să atingă puţin.

Sânul iubitei tulbură şi umple de bucurie, căci trimite la prima experienţă erotică, la locurile primelor emoţii; sânul este paradisul regăsit; iar iubita, mama care se trezeşte din nou la viaţă. Omul prinde „sânul” pe care mama i-l „oferea”. În timpul îndelungatei sale legături amoroase, a asociat de mii de ori starea de bine, tandreţea, plăcerea cu sânul; această condiţionare s-a înscris într-un mod de neşters în fiecare dintre celulele noastre.

Îndrăgostitul tresare de plăcere şi pentru că sânul, în sine, are de ce să-l bucure. Pielea unui sân este de o delicateţe unică, posedă o calitate tactilă incomparabilă care emoţionează. În ciuda oricărei fantasme, sânul în întregime are această putere „magică” pe care o au toate zonele erogene. Iar acestea iradiază plăcerea după ce o captează. Să fie vorba pur şi simplu despre căldura vasodilataţiei sale? Să fie oare un magnetism? Nişte radiaţii? La contact ori chiar la apropierea sânului, vârfurile degetelor constituie sediul unor tulburătoare senzaţii fizice.

Bucuria bărbatului se-mplineşte cu încântarea femeii. Orice plăcere este contagioasă; aceea manifestată de femeie este răvăşitoare: murmurele, gemetele, bucuriile psalmodiate, gâfâirile, îmbrăţişările bruşte, unghiile care se împlântă, mişcările au de ce să-l impresioneze pe bărbat.

Reacţiile locale, care însoţesc aceste manifestări generale, exprimă eflorescenţa dorinţei: pe domul alb, areola se înalţă şi se împurpurează, iar mamelonul se umflă şi se înroşeşte. Bărbatul e-n al nouălea cer văzând cum înfloreşte această floare de sânge şi de foc. Buzele sale sunt cuprinse de vâlvătăi când culege această floare rară, iar degetele-i sunt ca bete. Nicio tărie, nici chiar absintul, nu poate dărui o asemenea fericire.

Prin dezmierdarea sânului, bărbatul pune în scenă multe dintre fantasmele sale. Apucându-l cu mâinile, cu gura soarbe iubitul şi
Dr.GAwtfUfai 205
amanta, şi femeia. Absorbind-o pe amantă, el işi îndeplineşte visul unei iubiri extreme în care îndrăgostiţii alcătuiesc o singură fiinţă, visul fuziunii. Dar demersul lui poate fi egocentric: apropierea dragei sale. Absorbind femeia, el încearcă să acceadă la feminitate. În atracţia pe care o simte bărbatul faţă de femeie, există un soi de curiozitate pentru sexul opus şi atributele

acestuia. Făcând un pas spre femeie, bărbatul se minunează în faţa misteriosului tărâm pe care-l descoperă; priveşte, dă numai peste surprize, asemenea unui copil care descoperă nisipul şi marea.

Apoi, el îndrăzneşte să atingă, să guste, să adulmece; uluirea i se transformă în vertij; atracţia, în poftă. Mâna îi devine mai îndrăzneaţă, mângâie, se impregnează, frământă; apoi, prinzând sânul în căuşul palmei, el duce la buze cel mai frumos rod al pământului, iar gura îl aspiră, înghiţind chintesenţa femeii. Beat de feminitate, vrea s-o aibă, să se împodobească în ea. Dorinţa devine plăcere, iar în aceasta doreşte el să se prăbuşească. Preţ de câteva clipe, un cutremur îl zdruncină, crede că este femeia contopită cu bărbatul. Apoi, plăcerea dispare şi iată-l pe plajă, lângă femeie, eşuat. De sute şi de sute de ori, va reface acelaşi vis de cucerire a insesizabilei feminităţi.

În sfârşit, mângâind sânul, bărbatul ajunge la izvorul frumuseţii. Rotunjimea sânului, pielea-i ca de satin, cercul stacojiu al areolei îi dăruiesc bărbatului bucurii de estet. Din zorii vieţii sale, a învăţat frumuseţea la sânul femeii: iubirea pentru forma desăvârşită pe care-o reprezintă cercul şi sfera; iubirea pentru dealuri şi coaste; tandreţea pentru obiectele rotunde, vase, mingi, pe care cu plăcere le ia în mână şi le mângâie; farmecul florilor; sânului femeii îi datorează toate acestea. Căci femeia este acea care-i dăruieşte bărbatului simţul artistic, iar artistului, vocaţia. Nu s-a spus oare că pictorul pictează pe trupul mamei sale? De asemenea, ne putem întreba ce-i aduce femeii dezmierdarea sânului ei.

Oferindu-şi pieptul, femeia se dăruieşte plăcerii. Într-adevăr, prin structura sa, sânul posedă mijloacele procurării satisfacţiei şi, fără tăgadă, îşi ţine promisiunile, desfătând femeia într-un mod uluitor. La anumite femei aflate la începutul vieţii sexuale, sensibilitatea sânului poate fi mai mică; o subtilă condiţionare o va dezvolta.

Introiectând-o, femeia se bucură şi de plăcerea bărbatului; dar nu atât de satisfacţia lui fizică actuală, cât de fantasmatele sale delectări: ea-şi retrăieşte, punându-se în locul

lui, propriile remanenţe ale paradisului pierdut; suge de la mamă şi regăseşte deliciile fragedei pruncii.

Oferindu-şi sânul, îşi oferă şi feminitatea. Sânul este, prin excelenţă, un simbol feminin, înaintea feselor trimise în plan secund şi a sexului, pe care natura l-a ascuns. Toate modurile de expresie artistică din toate timpurile au ales sânul pentru a simboliza feminitatea. Cinematograful şi arta fotografică au preluat ştafeta, căci îşi selectează starurile şi modelele în funcţie de rotunjimi.

Femeia însăşi transformă pieptul într-un criteriu de identitate sexuală; din punctul ei de vedere, este un obiect de solicitudine şi de mândrie ori de necazuri; chiar şi acelea care îl resping (tinerele şi femeile carc-ar voi să-l amputeze pe cale chirugicală; călugăriţele care-l strivesc sub bandaje); căci astfel, ele stau mărturie pentru rolul „sexuant" al acestei podoabe. Să dăruieşti ceva ce îţi este specific şi pe care celălalt nu-l are provoacă satisfacţie, cu atât mai mult cu cât ţi s-a interzis să oferi şi cu cât întreaga strategie feminină constă în a oferi fără să cedeze. Astfel, în ziua când ea face marele pas, sufletul ii tresare din două pricini: plăcerea de a dărui şi bucuria de a înfăptui un savuros delict. Aprecierea şi pofta bărbatului o confirmă pe femeie în feminitatea sa şi o narcisizează.

În sfârşit, în ofranda sânilor lor, la anumite iubite poate să se manifeste o fantasmă de maternaj. Căci nu există oare, în majoritatea femeilor, o mamă care nu s-a trezit încă la viaţă? Iată-le hrănindu-şi şi apărându-şi bărbatul-copil.

Or. *Gtrard Lela* 207

Mângâierile sânului

Multe femei se plâng că partenerul lor nu petrece îndeajuns de multă vreme cu bucuriile acestui loc. Şi totuşi, câte dezmierdări nu se pot inventa aici!

Admirabil şi irezistibil, sânul trebuie mângâiat cu unul sau mai multe degete uşoare ca nişte fulgi; vârfurile lor de-abia dacă ating neasemuita piele, aşa cum fac cu muşchiul care acoperă copacii bătrâni. Vârfurile alunecă, cu băgare de seamă, imateriale şi extrem de atente, pe suprafaţa atât de netedă, atât de fină, urmând sau cazând tangente pe curbe; ameţite, aeriene,

degetele improvizează tot soiul de figuri sub inspiraţia de moment.

Ele descriu cercuri de jur inconju rul sferei; apoi, se deplasează concentric pe convexitatea sa. ajungând la areolă şi atingând uşor mamelonul, doar aşa, pentru a-l gâdila în treacăt. Dar nu se opresc acolo şi se duc să piardă puţin vremea la poalele dcluşoarelor, desenând nişte arabescuri la fel de imprevizibile ca zborul unei libelule, ducându-se şi venind, urcând şi coborând, stăpânindu-şi nerăbdarea, fascinate de incredibila gingăşie a satinului. Mâna insistă pe emisfera inferioară pe care o simte atât de sensibilă. Iubita tremură de dorinţă, amantul tresare de fericire.

Şi-atunci, dezmierdările se fac mai largi şi mai apăsate, cu mâna devenită scoică. Brusc, nemairezistând, bărbatul prinde sânul în căuşul palmei, îl strânge, îl susţine, îl apasă şi chiar îl frământă uşor, dar fără să-i aducă suferinţă. Beţia lui e pe potriva euforiei amantei sale. Şi multă vreme rămâne nemişcat, ca să simtă cu adevărat plăcerea.

Dar, pe culmea sânului, arzându-i căuşul palmei, cercul de foc al areolei şi erupţia mamelonului îl întărâtă. Mâna i se desprinde şi pluteşte deasupra mamelonului de-abia atingându-1; un deget, arătătorul ori mijlociul, s-aşază cu vârful pe discul areolar pe care-l u rmează, gravitând în jurul sfârcului; pi elea caldă, pufoasă, onctuoasă ii sporeşte tulburarea. Dezmierdat, mamelonul se iţeşte de plăcere;
atunci, amantul i se dedică, sâcâindu-l cu un deget care se-nvârteşte viclean în juru-i, apoi gâdilându-l cu rafinament; tânjind, implorând să fie luat, el va fi prins între degetul mare şi arătător, pişcat cu blândeţe, apoi strâns din ce în ce mai tare, întruna sau cu mici pauze, răsucit şi, în sfârşit, tras încetişor şi, după aceea, mai tare. În niciunul dintre aceste momente nu trebuie să i se provoace durere.

Acum, gura nu se mai poate aţine; dacă sfera este pentru mână, mamelonul este pentru buze. În cazul în care nu este inhibat de teama arhaică de incest, de-o falsă demnitate ori de false pudori, bărbatul nu trebuie decât să-şi urmeze instinctul şi deprinderea, pe care se preface c-a pierdut-o odată cu dinţii de lapte. Să frece cu buzele-i umede mamelonul înălţat; să-l

hăpăiască, să-I tragă, să-l apese; să lingă areola din când în când, să-şi plimbe-n cerc vârful limbii pe cadranul ei; să lingă mamelonul, să-şi lase limba să rătăcească pe contururile sale şi-apoi să-l lipăie cu lăcomie; să sugă încetişor mugurul muiat, să-l soarbă cu gingăşie, să-l lase, să-l aspire cu şi mai multe putere până când înghite areola şi o parte a domului; să-l răsucească între limbă şi palat, să-l strivească de cerul gurii, să-l muşte cu nişte dinţi la fel de atenţi ca paşii ce încearcă gheaţa — toate acestea se cheamă supt. Este un joc de copil după care, bineînţeles, tot bărbatul se dă în vânt.

Plăcerile pe care le resimte iubita pot fi sporite, dacă ambilor sâni li se acordă aceeaşi atenţie sau dacă i se asociază mângâieri dăruite altor părţi ale corpului. De pildă, în timp ce-o mână este pe sân, bărbatul poate oferi săruturi gurii ori sexului; sau, în timp ce gura alintă sânul, să dezmierde chipul ori sexul ori alt loc. Ori, în sfârşit, atunci când amândoi iubiţii sunt contopiţi prin sex, să-i dăruiască sânului săruturi sau dezmierdări.

Sinergia stimulărilor mamelonare şi clitoridiene provoacă nişte stări cataclismice. Sinergia unei stimulări mamare şi a unei „mângâieri interioare" are nişte efecte răvăşitoare.

DtGAaftfldn «>9

Grădinile palatului

Deşi aflate în apropierea locurilor sacre, zonele celui de-al doilea cerc sunt cele mai frustrate. Plică vintrclor, pubisul, faţa internă a coapselor, feţele externe ale vulvei, perineul, regiunea anală şi alte grădini ale palatului nu văd trecând decât nişte mâini — sau guri — grăbite care se-ndreaptă direct spre sex — aşa se plâng prea multe femei (şi prea mulţi bărbaţi); unii vizitatori, ipocriţi, care se cred maliţioşi, avansează un deget pentru a tatona terenul; alţii „adastă" în irezistibile asalturi; pe scurt, în aceste fabuloase grădini nu se-ntâl- nesc decât vânători care gonesc, braconieri sau strategi. Dar foarte puţin amanţi bucolici.

Şi totuşi, am putea să ne plimbăm în aceste grădini fără să plănuim neapărat s-ajungem în palat, să considerăm că, în sine, fiecare dintre aceste zone este un ţel şi-o mină de senzaţii, ca orice parte a corpului. Cu cât amânunţim şi savurăm mai mult fiecare faţetă a senzualităţii, cu atât lărgim mai tare câmpul dorinţei şi cu atât spaţiul plăcerii tinde la infinit.

Să ne lăsăm mâna să rătăcească în aceste grădini, să străbată fiecare alee, să ocolească fiecare strat, să exploreze fiecare tufiş. Să ne lăsăm gura şi limba să culeagă miile de flori care le împodobesc. Să ne lăsăm faţa să se-mbete cu sălbaticele miresme care se răspândesc de-acolo.

Mâna, care se plimbă în voie pe suprafaţa netedă a pântecelui, descoperă, de fiecare dată cu uimire, extraordinara mătase a buclelor pubiene; puţine contacte sunt atât de agreabile. Brusc, bărbatul devine grav şi mâna se stăpâneşte: iată triunghiul divin, desişul consacrat, dintre colina abdominală şi valea vulvară; o zonă de frontieră unde nădejdea îl îmboldeşte pe bărbat şi unde teama îl înfrâneză, teama de a nu fi oprit, de a nu fi la înălţimea aşteptărilor, dacă nimic nu-i stă în cale.

Astfel, mâna bate pasul pe loc, atât pentru a se desfăta cu inefabila dulceaţă a locurilor, cât şi pentru a-şi da curaj. O femeie nu este niciodată — n-ar trebui să fie — cucerită dinainte. Mâna îşi pierde vremea în căldura umedă a lizierei, degetele depărtate îşi croiesc drumul printre ferigi, unghiile zgârie discret humusul onctuos.

Femeia simte puternic mângâierile care-i tulbură profunzimile; pe acest versant pubian al abdomenului, sensibilitatea se exacerbează şi devine mai „sexuală", intrând direct în rezonanţă cu organele genitale; motivul este că aici îşi au rădăcina corpii erectili, cavemoşii. Şi pentru ea, aceasta este clipa adevărului şi marele moment; novice ori iscusită, aceasta rămâne întotdeauna delicioasa şi teribila clipă a iruperii într-o altă lume, cea a intimităţii.

Bărbatul, asemenea lui Făt-Frumos, se pregăteşte să dea la o parte desişurile ce-i ascund şi-i închid valea regală care duce la palatul unde zace frumoasa din pădurea adormită. Apoi, se răzgândeşte: de ce mereu aceleaşi cărări? Părăsind muntele lui Venus, o ia prin vâlceaua plicii vintrelor, se lasă pe povârniş în jos; aici patinează cu vârfurile degetelor, o descâlceşte cu o unghie rătăcită, schiţează câteva figuri şi, urmând panta, ajunge la intrarea brazdei dintre vulvă şi coapsă. Cu tandreţe, încearcă să se strecoare în ea, face câteva semne cu prima falangă, iar miracolul se împlineşte: doamna deschide larg grilajele parcului.

Dacă n-o face, înseamnă că vizitatorul s-a arătat mai degrabă zorit decât atent. Atunci, el ar trebui să-i flateze pe „paznicii virginităţii" *(custodiam virginatis)*, muşchii aductori care strâng coapsele una de cealaltă; ci se află pe partea internă a coapselor. Mulţumită lui Eros, pielea de aici este atât de fină şi de sensibilă, încât subtile şi uşoare dezmierdări, pornind dinspre genunchi şi urcând în convingătoare arabescuri, îi fac să se predea. În anumite zile de cochetărie, se întâmplă ca bărbatul să fie nevoit să-mpingă canaturile cu o mână galantă, ajutată de câteva murmure incantatorii susurate la urechea iubitei.

O femeie are întotdeauna dreptate când se lasă rugată, valoarea cadoului ei fiind astfel şi mai apreciată; dar, adesea, aceasta este ultima rezistenţă a marilor amante; după, nu se mai zgârcesc cu darurile, iarOr. Gîmă Lrtiu 211

minunata lor neruşinare le face şi mai de nepreţuit. Bărbatul, care nu are decât un apendice sexual exterior, care nu-I implică decât superficial, nu va şti niciodată cu adevărat ce înseamnă acest gest smintit al femeii ce desface picioarele. În felul acesta, ea devine infinit mai respectabilă, iar bărbatul, mai respectuos. Din carnea-i oferită, ea va da viaţă bărbatului şi apoi copilului.

Atunci, mâna drăgăstoasă coboară văiuga dintre vulvă şi coapsă; pielea este nemaipomenit de sensibilă, caldă, jilavă, ca şi pielea coapsei, din apropiere. Membrele, deschise larg ca într-un evantai, netezesc pliul care se oferă în întreaga lui senzualitate. Dezmierdări superficiale cu vârfurile degetelor şi ale unghiilor măsoară fundul văiugii şi se-ntind pe versantul vulvar şi pe acela al coapsei, în arabescuri şi diverse figuri, cu măiestrie cizelate şi miniaturizate.

Intorcându-se, mâna ajunge la punctul de joncţiune ale labiilor mari, comisura; intre acesta şi anus se află perineul, o arie minusculă de o extremă sensibilitate. Atingeri uşoare, la fel de discrete ca acelea ale unui tată pe fruntea întâiului său născut, dezmierdări asemenea, scrijelituri cu unghia la fel de prudente ca atunci când vrei să scoţi un fir de praf din ochi, incrustări gingaşe, iată atenţiile de care e nevoie şi care o aduc pe iubită, pierdută cu totul, într-o stare de uimitoare beatitudine. Din când în când. o apăsare cu vârful degetelor sondează fundul perineului şi provoacă o plăcere profundă.

Apoi, mâna se întoarce înspre înainte, în şanţul controlateral, pe care îl răsfaţă în acelaşi fel; fericită din pricina fericirii dăruite, va oferi desfătare şi desişului pubian. Revenind la vulvă, aşezându-şi policelc într-o văiugă şi degetele rămase în cealaltă, mâna presează ansamblul ambelor labii mari şi conţinutul lor, cu blândeţe, de parc-ar fi obrazul unui copil. Apoi, apasă mai tare, le lasă, alternând presiune şi destindere, cum se face cu para unui vaporizator de parfum. După, îşi concentrează acţiunea pe un teritoriu restrâns, prins între degetul mare şi cel mijlociu, şi se deplasează de la un capăt la altui al vulvei. Mâna ii poate oferi iubitei luxul unei incitări încă şi mai bine intenţionată:

pipăind, dincolo de grosimea labiilor mari, ea repereză umflătura clitorisului» înainte, şi a bulbilor vestibulari, pe verticala vaginului; apăsări ritmice, masaje însufleţite ale acestor nestemate o aruncă pe amantă în încântătoare surprize şi surprinzătoare delicii.

Dorinţa şi plăcerea celor doi protagonişti nu-şi află perechea decât în ofranda Frumoasei şi-n tandreţea Prinţului. O fericire asemenea îi inundă. Îşi contopesc gurile şi cânturile. Gravitează într-un acelaşi vertij.

Mâna nu mai rezistă şi nu mai are răbdare să intre solemn în palat, ale cărui uşi se deschid singure. Căci vulva în vâlvătăi, umflată de fluxul sanguin, scăldată de valul izvoarelor sale, se cască spontan.

Dar bărbatul trebuie să ştie să se preumble pe-ndelete în grădinile Afroditei; în spatele palatului, se găseşte un parc pe care n-are voie să nu-l vadă. Aici va intra cu delicateţea — fizică şi morală — a unui musafir primit în mod excepţional în nişte locuri tainice şi somptuoase de care este demn. Extrema iubire a amantei, încrezătoare în nesfârşita dragoste a iubitului, ii îngăduie acest privilegiu.

Malurile şanţului dintre fese sunt de o sensibilitate explozivă; senzaţiile declanşate se răspândesc în tot corpul feminin, ca suflul unei bombe. Aici pot fi înfăptuite toate mângâierile imaginabile, cu preţiozitatea unui gravor în cristal.

Marginea anusului, de nuanţa purpurei, cu fine cute ca nişte raze, este un astru admirabil încastrat în fundul văii. Toate razele îi sunt sensibile, dar mai ales acelea din cadranul inferior, dinspre perineu; deflagraţiile provocate nu mai sunt de ordinul dinamitei, ci de-acela al fisiunii nucleare. Îndrăgostitul, căruia i se cere deja să fie şi estet, şi poet, trebuie să se metamorfozeze în artificier ca să aprindă un minim de plăcere, fără să se lase dus în mod irezistibil într-o cataclismică apropiere.

Să rămânem pe teritoriul mângâierii de dragul mângâierii; să savurăm cele mai nebuneşti plăceri fără să ne lăsăm aruncaţi în mod automat în coit. Să fim nişte zei ai plăcerii nesfârşite şi nu nişte biete marionete sacrificate cu fiecare ofrandă pe mocnitul foc de paie.

Iubirea profundă, sinceră şterge limitele pudorii, căci suprimă toate limitele dintre fiinţe. Iubiţii vor să-şi dăruiască mai mult, să-şi aparţină mai din plin. În ardoarea lor de a fi cât mai aproape, în căutarea extremă a contopirii, a unităţii, în disperata goană după sincronism şi acordul conştiinţelor, existenţelor, ei o apucă pe calea plăcerii şi a corpului. Plăcerea, mai degrabă mijloc decât scop, leagă, amestecă, contopeşte fiinţele într-un acelaşi creuzet. Trupul, mijlocul cel mai indemână, cel mai tangibil, concretizează accesul la celălalt.

Toţi am vrea să fim încă şi mai apropiaţi, să fim în celălalt. De ce nu poate acesta să-şi desfacă pielea, de la pubis la bărbie, ca să ne primească, aşa cum se dă la o parte o pelerină... Ah! Să ne strecurăm în el, în ea şi să ne cuibărim acolo... Din păcate, ca să pătrundem în trupul acela, nu dispunem decât de scurte dehiscenţe: gura, urechile, ochii, vaginul şi anusul.

Astfel, când amantul îşi introduce degetul în astrul anal şi-apoi în canal, el oferă şi-şi oferă o plăcere extremă, firească, dar trăieşte acest gest îndeosebi ca pe-o fuziune cu celălalt.

Gura şi limba — mai ales aceasta din urmă, a deliciu al delici- ilor — se duc acolo pe unde au fost degetele. Trecerea lor prin văiuga dintre coapsă şi vulvă o incântă cu totul pe iubită, prin nenumăratele sclipiri de plăcere pe care le provoacă. Pe perineu, pe povârnişul feselor, bucuria se-nvecinează cu euforia. Cât despre dezmierdările astrului anal şi-apoi ale peşterii, mai ales când acele închipuitului ceasornic arată ceasul şase — oră solară —, ele slobod nişte plăceri ameţitoare.

După cum susţin toţi sexologii şi cei interesaţi, canalul anal este, la femeie, o autentică zonă erogenă; stimularea sa cu degetul sau vârful limbii este acceptată, dorită şi agreabilă, prin urmare, licită.

Degetul se introduce progresiv după ce-a fost, dacă este necesar, umezit cu salivă; vârful mângâie uşor mătasea intimă. Sunt astfel solicitate mucoasa canalului, dar şi vaginul aflat în vecinătate (un perete despărţitor de cinci milimetri, elastic, separă cele două spaţii) şi ţesuturile pelvisului. Plăcerea este totală şi viscerală; cuprinde măruntaiele şi urcă spre inimă.

Această intruziune în viscere, în corp este trăită de către cei doi iubiţi ca o sublimă tentativă de interpenctrare. Viciul sălăşluieşte în minte, iar nu în gest.

Dezmierdările gurii ii aduc în plus, celui care le dăruieşte, beţia olfactivă. Este un talmeş-balmeş de inextricabile miresme în care domină, de la un loc la altul, anumite componente. Mirosuri sălbatice pe pubis: izuri aspre de frunze din codri, în seri de toamnă, ori neîmblânzitele efluvii ale haitei. Parfumuri de ocean în cutele externe ale vulvei: în zori, marea care urcă şi poartă povara lumii trezeşte varecul din estuarul d'Auray. Miresme dulcege, de flori, în partea dinapoi: ambră, mosc, santal şi vetiver, amestecate din piepţele antileze, sau parfumuri încăpăţânate din altare, în zilele de rogatoriu, când, peste cascadele de trandafiri, se târăsc volutele unei cădelniţe.

lisând deoparte toate diferenţele anatomice, iubitul se poate bucura de aceleaşi mângâieri, cu aceeaşi desfătare. Mai mult, deosebirile reprezintă o tentaţie mai mare la nivelul pubisului, un plus de plăcere la nivelul perineului şi o mai mică fericire la marginile puţului anal.

Dezmierdându-i pubisul, iubita îi oferă amantului nişte plăceri savuroase, unghiile sale grăpându-i pielea caldă dintre rădăcinile perişorilor; ea însăşi resimte deliciile tentaţiei de-a merge mai departe, cu atât mai mult cu cât sexul bărbatului îi este aproape de mână şi de gură şi cu cât el îşi manifestă, fără reţinere, prezenţa şi mulţumirea.

Stimularea apăsată a perineului declanşează nişte plăceri intense şi o revenire a energiei genitale şi generale. Totul se datorează faptului că aici se ivesc corpii erectili; presiunea rădăcinilor acestora susţine erecţia şi relansează nevoia de penetrare. De asemenea, regiunea aceasta este, pentru orientalii adepţi ai tantrismului, sediul primei „chakra" sau „chakra rădăcină"; este centrul de bază al energiei biopsihice la om; este o adevărată priză cu împământare care-şi ia forţa din energia telurică, atunci când bărbatul este aşezat pe pământ, şi care o răspândeşte în tot corpul; milenii de-a rândul, suteDrCirardWw 215

de milioane de orientali şi-au stimulat, prin yoga sau acupunctura, libidoul (atât în sensul de pulsiune de viaţă, cât şi de instinct sexual) tocmai prin stimularea acestui punct; de ce nu vreţi să ţineţi seama de acest lucru?

Dimpotrivă, dacă povârnişurile feselor sunt îngrozitor de sensibile, marginea anusului şi peştera oferă nişte plăceri variabile şi uneori mediocre. Fie bărbatul este o fiinţă predestinată să penetreze şi nu să fie penetrat; fie

cei mai mulţi resping posibilitatea unei plăceri anale de teama de a nu fi consideraţi nişte pederaşti. Această mângâiere vizează însă nu atât plăcerea, cât fuziunea simbolică a două fiinţe, prin carnea lor. Faptul de a se dărui într-atât unul celuilalt face ca femeia şi bărbatul să fie de nedespărţit. *Capitolul*

14 Primul cerc al bărbatului

Dr. Oronf l/trv «7

Dacá mă refer în primul rând la sexul bărbatului, n-o fac din lipsă de curtoazie şi din falocraţie, ci din cauza unui demers logic, demers care merge dinspre maxima simplitate înspre maxima complexitate.

Cea mai somptuoasă dintre mângâieri, cea care catapultează bărbatul pe culmile plăcerii, este cea pe care o primeşte penisul său din mâna sau gura amantei. Este o dezmierdare dăruită mai des decât altădată, dar, fără îndoială, încă nu atât de des şi nici atât de bine pe cât îşi doresc bărbaţii. Este, cel puţin, părerea celor care s-au destăinuit sau care au răspuns la diversele anchete, printre care şi cele ale lui Pietropinto. La întrebarea: „Ce poate face partenera dvs. pentru a vă excita mai mult?", 34,4* răspund: „să fie mai activă", 24,3%: »mai multe raporturi buco-peniene", 17,8%: „să mângâie mai mult penisul".

În imensa lor majoritate, bărbaţii deplâng faptul că femeile neglijează sau nu dau prea mare atenţie acestui tip de mângâieri; îşi doresc ca ele să li se consacre cu mai multă tandreţe şi rafinament şi fără să se uite la ceas.

Mângâierea penisului

Penisul nu este doar un berbec menit să le provoace orgasme celor doi protagonişti (cele ale femeii, cele ale bărbatului) şi nici un instrument balistic numai bun să culiseze în patul vaginal. Nu este nici un organ a cărui soartă este exclusiv aceea de a fi mişcat până la ejaculare. În sfârşit, nu este o zonă sensibilă numai bună să fie atinsă în timpul preludiului cu un obiectiv sistematic: coitul. Nu, membrul viril este în sine o zonă erogenă demnă de mângâiere şi foarte doritoare de răsfăţuri. Bogăţia-i erotică, numărul şi suavitatea punctelor de plăcere nu-şi au egalul decât în imaginaţia partenerei.

În domeniul mângâierii gratuite, atenţia ce i se acordă nu are decât o singură limită: cunoaşterea pragului dincolo de care să nu se treacă; neaducerca lui la un nivel de excitaţie prea înalt,

apropiat de tensiunea de ejaculare. Dacă se atinge „punctul de dificilă întoarcere"* şi dacă totuşi bărbatul trebuie să se liniştească, acesta poate simţi o penibilă neplăcere. În acest caz, este mai bine ca stimularea să fie dusă mai departe, prin dezmierdare sau coit, până la ejaculare. Dacă se ajunge la „punctul de imposibilă întoarcere", irezistibilul orgasm se declanşează.

Şi-ntr-unul, şi-n celălalt caz, acesta-i sfârşitul mângâierii şi, din cauza a tot ceea ce ştim despre faza postorgasmică la bărbat, sfârşitul sărbătorii. Mângâierea trebuie dozată, cu mare atenţie la manifestările şi declaraţiile amantului; dacă dorinţa pare să crească prea mult, stimularea trebuie diminuată sau oprită ori chiar schimbată. Căci numai ştiind cum să te opreşti la timp vei face plăcerea să dureze. Să mângâi un penis este ca şi cum ai umbla cu dinamită.

Această tandreţe este foarte benefică, deoarece membrul se obişnuieşte astfel să nu se grăbească, să nu ceară de la bun început penetrarea; ea-l determină pe bărbat să-şi controleze excitaţia; îl învaţă să aştepte, în cadrul preludiilor, intumescenţa progresivă a femeii, condiţie a împlinirii acesteia. O femeie subtilă şi un bărbat stăpân pe sine pot prelungi multă vreme dezmierdarea penisului.

Dr Gftordtifcu w

Există situaţii în care mângâierea penisului nu este un simplu joc, ci vizează un scop precis. La început, ea poate fi un îndemn; prin acest gest, femeia arată că vrea să facă dragoste. Poate fi şi un preludiu la împreunare; amanta are în acest caz ca scop să-i ofere un maxim de excitaţie şi de plăcere bărbatului, astfel încât să mărească plăcerea reciprocă a coitului şi a orgasmului, dacă acesta din urmă va avea loc. În alte cazuri, mângâierea este menită să relanseze o erecţie ce şi-a pierdut tăria: căci, în timp ce bărbatul, care-şi stăpâneşte propria excitaţie, prelungeşte dezmierdările pe care i le oferă iubitei tocmai pentru a o aduce la o plenitudine a excitaţiei, erecţia lui nu se poate menţine în permanenţă; când dorinţa de intromisiune îşi face apariţia — la unul, la celălalt sau la ambii parteneri —, mângâierea membrului ii redă vigoarea. Erecţia poate să nu fie tocmai pe măsură şi atunci când bărbatul este obosit sau preocupat, dar dezmierdarea ii vine în ajutor. De asemenea,

mângâierea încearcă să îmblânzească un penis prea nerăbdător: în timp ce excitaţia feminină se înalţă încet şi maiestuos, câteva delicate atenţii îl mulţumesc. În sfârşit, mângâierea poate avea ca ţintă declanşarea orgasmului; penisul este dezmierdat până la ejaculare. Este un joc la care cuplurile recurg în mod excepţional; căci dacă ar fi să aleagă, atât bărbatul cât şi femeia preferă „mângâierea interioară".

Epicentrul „eului"

Bineînţeles că, atunci când îşi oferă membrul, bărbatul încearcă să juiseze, dar trebuie să se ştie că *ei* cere nu doar atât... Desigur, juisarea pe care o aduce stimularea penianã este dintre cele mai puternice, încărcătura erotică a acestei zone fiind extraordinar de

condensată; ea se poate compara cu aceea a clitorisului obişnuit cu desfă-tarea, cu singura diferenţă că plăcerea se situează aici, dintr-odată, fără nicio pregătire, la un nivel foarte înalt; şi îi poate face pe mulţi bărbaţi să-şi piardă controlul

.Ceea ce-i cere în plus bărbatul femeii este să-i recunoască şi să-i valorizeze virilitatea, să-l narcisizeze. Narcisismul, sau iubirea faţă de imaginea de sine, este investirea propriului libido asupra sinelui; un minim de narcisism este necesar, căci trebuie să te iubeşti pe tine pentru a iubi viaţa. Şi cum, mai mult sau mai puţin conştient, penisul este pentru bărbat o parte esenţială a imaginii eului, a se iubi înseamnă pentru el a-şi iubi virilitatea oferindu-şi spre iubire organul viril. Cu atât mai mult cu cât această virilitate a fost ameninţată şi rănită de mai multe ori.

În copilărie, băiatul descoperă că pubisul fetelor este neted; creează fantasma că ele sunt castrate şi îl cuprinde teama, căci îşi iubeşte mama (acesta este complexul lui Oedip sau ansamblul dorinţelor amoroase pentru părintele de sex opus, în cazul acesta, mama); dintr-odată, el fantasmează că rivalul său, tatăl, 11 va castra pentru a-l pedepsi şi trăieşte în teroarea de a fi castrat (complexul de castrare). Din fericire, în jurul vârstei de şapte ani, băiatul îşi „rezolvă" Oedipul şi-şi lichidează complexul de castrare. Totuşi, la mulţi bărbaţi, rămâne din toate acestea o devalorizare şi o culpabi- lîzare a propriului sex; gestul de a-l oferi amantei ii poate reabilita.

La vârsta adultă, bărbatul poate fi rănit în propria-i virilitate printr-un avatar sentimental sau un accident de insuficienţă erectilă, numit „fiasco", care l-au fragilizat; el se poate simţi devalorizat şi imaginându-şi sau constatând că membrul său este prea mic sau nu tocmai viril. Faptul de a-l oferi amantei are semnificaţia speranţei că aceasta îl va obloji şi-i va reda siguranţa.

Aceste fapte capătă o extraordinară dimensiune atunci când cunoaştem valoarea simbolică a sexului bărbatului. Şi nu doar penisul, organul masculin, ci mai ales falusul, valoarea simbolică a organului, se află-n joc.

în Antichitate, falusul a fost un obiect al veneraţiei; anticii se închinau unor zei itifalici, adică înzestraţi cu un colosal penis erect. Falusul reprezenta puterea suverană, principiul luminos, virilitatea transcendentă şi mistică. Or, se ştie că toate legendele şi religiile sunt

inspirate de inconştientul oamenilor şi mai ales de inconştientul colectiv. Şi putem fi siguri că, chiar şi-n zilele noastre, penisul este mai mult decât un simplu penis, că are o semnificaţie supranaturală, deşi mintea noastră nu vrea să ştie de aşa ceva.

De aici şi rolul capital al femeii în viaţa unui bărbat; în funcţie de atitudinea ei în faţa penisului, ea-l poate răni, termina sau salva. Femeile extrem de îndrăgostite şi inteligente nu ezită să adore membrul iubitului lor, aşa cum şi el le venerează vulva; şi nu este vorba despre o acceptare a întâietăţii sexului masculin, de proslăvirea unei falocraţii, ci, în egalitatea recunoscută a sexelor, de a-i dărui sexului bărbatului iubit valoarea proprie, de a-i aduce un omagiu însoţit de o nebunească tandreţe şi de o nesfârşită recunoştinţă.

Prin acest gest, femeia trebuie să facă mai mult decât să se joace, să detalieze; ca trebuie să îmblânzească, să giugiulească penisul; iar cu glasul, să-l flateze, să-l încurajeze, să-l admire. Chiar dacă nu crede nicio vorbă din ccea ce aude, bărbatul căruia i se spune că are „cel mai frumos penis din lume" este nemaipomenit de revalorizat şi o adoră pe aceea care i-a adorat centrul eului. Femeia care dezmiardă penisul îşi acordă o plăcere sigură, dar nu numai atât: făcând aceasta, ea se dovedeşte activă şi dăruieşte o mare dovadă de iubire.

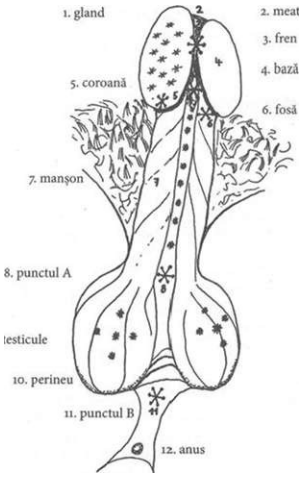
Plăcerea însăşi este mai complexă decât ar putea părea la prima vedere, căci femeia juiseză atât în minte, cât şi prin piele, cea a mâinilor şi a gurii sale. Apucarea sexului masculin înseamnă supunerea la o pulsiune biologică şi la dorinţa pe care aceasta a ivit-o; reducând tensiunea excitaţiei, trecerea la act aduce plăcere. Mai mult, apucarea penisului înseamnă încălcarea unei interdicţii ce-a urmărit-o o lungă perioadă a vieţii; din transgresiune se naşte juisarea. Şi, în sfârşit, plăcerea vine prin contagiune: apucând penisul, femeia intră în contact ca o zonă erogenă excitată care are puterea de .1 excita, la rândul ei, to: ceea ce atinge; plăcerea resimţită de penis este transmisă mâinii şi gurii; de asemenea, se transmit şi manifestările generale ale plăcerii (mişcări, sunete etc.) ale partenerului, care o tulbură şi o bucură pe amantă.

Mângâind penisul, femeia participă în mod activ la schimbul sexual: astfel pune ea capăt pasivităţii din alte vremuri când se mulţumea să fie un loc de trecere ori un somptuos receptacul; ea devine oficiantă şi stăpână a plăcerilor şi a stăpânului plăcerilor. Ea îşi poate verifica, „de visu" şi cu „dovezi la mână", capacităţile-i de amantă, puterea erotică, posibilităţile de a comanda erecţia şi detumescenţa.

Mai mult, prin această dezmierdare, femeia oferă un remarcabil zălog de iubire. În ciuda eliberării moravurilor, contextul sociocultural în care a crescut femeia a lăsat un fond de neîncredere sau chiar de dezgust pentru penis şi urme de culpabilizare. Reticenţa şi aversiunea anumitor femei sunt roadele fobiei sociale faţă de membru.

În sfârşit, apucând această parte a bărbatului, femeia îşi satisface „invidia de penis"; cu alte cuvinte, nu doar dorinţa faţă de organul masculin care o face să juiseze, ci şi dorinţa faţă de falus, dacă ar fi să ne-ncredem în concepţia psihanaliştilor. Fetiţa descoperă că pubisul băieţeilor este împodobit cu un apendice, acolo unde ea nu are nimic; se crede lezată, castrată de către mamă; acesta este complexul de castrare bazat pe fantasma că absenţa penisului este cauzată de o tăiere. Acest prejudiciu, pe care ea încearcă să-l compenseze, este „invidia de penis".

Să nu uităm că penisul este trăit — atunci şi mai târziu — ca un obiect detaşabil pe care oricine şi-l poate procura şi administra în locul penisului. Diferenţa dintre sexe nu constă în faptul că unii oameni au un penis, iar alţii, un vagin, ci în acela că unii nu au un penis: primatul falusului determină organizarea genitală şi, într-un plan mai general, pe cea psihică.
Fata speră să obţină de la tatăl ei, de care este îndrăgostită, penisul (aceasta este complexul lui Oedip) şi, mai precis, prin înghiţire. După rezolvarea acestui complex, invidia de penis care, potrivit lui Freud, persistă întreaga viaţă se îndreaptă în trei direcţii: fie se transformă într-o dorinţă de bărbatul întreg ca apendice al penisului; fie devine dorinţă de un copil care este asimilat atunci cuDi GM Mm
SCHEMA 4 SEXUL MASCULIN



un penis ţinut în sine; ăe este dorinţă de a se bucura de penis prin coit şi mângâieri.

în cazul în care concepţiile freudiene sunt exacte, înţelegem de ce este important pentru femeie să dispună de penisul iubitului ei. Totuşi, feministele şi anumiţi psihanalişti contemporani refuză primatul falusului care, în concepţia lor, nu este decât o ipoteză de şcoală, eronată fără îndoială.

Delicatele puncte ale plăcerii

Glandul este acoperit de o piele fină, un epiteliu lipsit de strat cornos; el este plin de corpusculi ai voluptăţii — corpusculii

Krause —, mai ales la nivelul coroanei, frenului şi laturilor frenului (vezi schema). Este sensibil la frecare.

Pielea penisului este făcută dintr-un tegument subţire; este sensibil la presiune: stricţiune în inel sau în manşon. La bază, pe faţa inferioară, există un punct hipersensibil: stimularea sa prin apăsare punctuală determină o revenire a erecţiei. Acesta este punctul A; el corespunde, în coit, locului unde se strânge orificiul vaginal. Admirabilă natură! Minunată femeie!

Pielea testiculelor — sau scrotul — este făcută dintr-un epiderm subţire pe un derm fără grăsime, dar înzestrat cu muşchi, tunica dartos; mai mult, un muşchi subţire parcurge suprafaţa aflată imediat de sub piele, muşchiul cremaster. Contracţia acestor muşchi adună şi ridică testiculele, dându-le un aspect mai estetic. Scrotul este sensibil la atingerile uşoare. Dincolo de testicule, degetele palpează perineul şi simt o coloană dură care prelungeşte membrul: aceasta este baza de implantare a corpilor erectili (corpi spongioşi şi corpi cavernoşi). Zona este foarte sensibilă la apăsare, presiune determinând o relansare a erecţiei: acesta este punctul de erecţie B.

Or *Cfrord Ltifu 22$*

Mângâierile mâinii

Glandul se bucură de cea mai delicată, cea mai irezistibilă sensibilitate din intregul trup masculin. Punctele delicate sunt stimulate cu vârfurile degetelor, umezite şi subtile; ele mângâie uşor, continuu şi cu conştiinciozitate glandul, invârtindu-se în jurul liniei sale de creastă; sau il stimulează atingându-l din când în când, în mici tuşe; sau se concentrează pe fren şi laturile sale, dezmierdându-l.

Pielea penisului poate ii stimulată prin tot felul de contacte, cu vârful degetelor ori prin apăsarea inelului format de police şi arătător sau cu întreaga mână care apucă membrul viril ca pe o prăjină de drapel. Presiunea, fie continuă ori discontinuă, se poate exercita pe loc ori să se deplaseze prin mici salturi de-a lungul membrului.

Penisul întreg poate fi aţâţat: inelul degetelor sau corsetul mâinii strânge penisul; şi, fără să slăbească în vreun fel apăsarea şi, prin urmare, fără să întrerupă contactul cu pielea,

alunecă de la gland spre rădăcină şi invers. De fapt, cea care culisează pe corpii erectili extrem de tensionaţi este pielea, care nu aderă la corpul penisului; aceasta este o stimulare a coitului. La bărbat, mişcarea este instinctivă şi, sub o aparentă simplitate, înglobează nuanţe pe care numai el le poate surprinde; femeia nu o realizează din instinct — cu excepţia, se spune, a orientalelor — şi n-o va face niciodată la fel de bine ca bărbatul însuşi; acesta este un aspect al disimetriei erotismelor; vom vedea că, invers, bărbatul este încă şi mai puţin înzestrat pentru stimularea clitoridiană decât femeia pentru cea peniană.

Amantul va trebui să explice locurile, poziţia, presiunea, mişcarea potrivite, amplitudinea, ritmul şi durata optimă; iar iubita va fi nevoită să fie o bună elevă; este o chestiune nu atât de îndemânare, cât de tandreţe senzuală şi de silinţă.

În sfârşit, stimularea se poate concentra pe punctul A: punctul de erecţie de la baza tunicii se stimulează printr-o presiune punctuală cu vârful unui deget; sau prin apăsări ritmice; sau prin rotiri pe culmea dură a corpului cavernos; vârful degetului declanşează o plăcere locală care se transmite în perineu şi penis şi-l întăreşte. Nu e uşor să cauţi acest colţ de paradis.

Pielea scrotului apreciază atingerile uşoare, scărpinatul, ciupiturile (ale pielii, nu ale conţinutului!). Bărbatul simte o mare satisfacţie atunci când iubita ii cuprinde în căuşul palmei, cu o mână blândă şi fermă, scrotul şi testiculele. Este un gest liniştitor, unificator, nesfârşit de tandru şi de valorizant.

Rădăcina membrului se situează în perineu» între scrot şi anus; ea conţine punctul de erecţie B; apăsându-l, se declanşează o plăcere ce străbate tot bazinul şi o măreaţă, plăcută erecţie. Presiunea trebuie să fie fermă, fie intermitent ca pe o sonerie, fie prin rotirea degetelor pe rădăcină, ca într-un fel de masaj digital.

Tandreţea gurii

Este acel *nec plus ultra* al mângâierii, plăcerea supremă; gura este cea mai înzestrată şi mai adaptată pentru aceste

dezmierdări; buzele, limba şi cerul gurii sunt gingaşe, onctuoase, calde, subtile, învăluitoare.

Această plăcere fizică este exacerbată de bucuria mentală de a vedea cum tandreţea amantei îngăduie împlinirea unui vis: visul de a o vedea pe iubită înduioşată, prosternată în faţa sexului drag; căci acesta este locul dorinţei sale, a$a cum propria-i vulvă este locul dorinţei bărbatului; această dorinţă care îi străbate viaţa, din care îi izvorăsc gândurile, suflet al acţiunilor sale; care o metamorfozează în femeie seducătoare, ademenitoare; această dorinţă, replică a celei bărbăteşti, care dă un sens existenţei sale, o împinge spre întâlnirea cu bărbatul, jumătatea ei, complementul ei; această dorinţă, simetrică cu cea a bărbatului, care-i aduce lumii armonie şi îi conferă

perpetua mişcare. Iat-o încântată, la picioarele obiectului dorinţei sale, iat-o înduioşată, la capătul căutării ei, iat-o răvăşită, la sfârşitul cuceririi sale.

Gura amantei dezmiardă penisul aşa cum ar face-o cu o gură ori un mamelon. Limba începe prin a linge domul glandului, prea puţin sensibil; apoi, ea alunecă spre zonele explozive: coroana pe care o înconjoară lovind-o uşor cu un vârf complice; apoi, se roteşte iar; apoi, rotiri menţinând contactul, fără să se mai dezlipească defel; în sfârşit, limba se opreşte pe fren şi, lipăindu-l, dezmicr- dându-l, provoacă una dintre cele mai vii, cele mai grozave plăceri; aceasta este, pe lângă coit, cea mai puternică juisare de care arc parte bărbatul. Limba declanşează euforii aproape la fel de mari stimulând glandul peste tot. Atunci, se poate desfăşura şi apuca de un lins gurmand al întregului gland, asemenea pisicilor carc-şi ling blana.

Apoi, limba îşi îndreaptă pofta spre corpul membrului, îl linge pe toate părţile, apoi se consacră feţetei inferioare, cea mai sensibilă; ea-l răsfaţă în prelungi lipăiri, plimbându-se dinspre gland spre bază şi invers; în fine, părăsind aceste ample acorduri, limba, cu vârful, interpretează fiecare notă, tatonând asemenea unui compozitor, de-a lungul unei linii ce duce de la frenul balanic la scrot. Este Bizanţul: de ici, de colo, clapele răsună desăvârşit, fuga îşi află începutul, bărbatul vibrează până-n rărunchi şi cântă

în contrapunct Beţia dionisiacă sălăşluieşte în inaltul claviaturii, în prelungirea frenului. Şi-atunci, buzele se prind în horă. Închise, dar umezite, îi dau culmii glandului un pupic ştrengăresc; apoi, un altul mai înflăcărat. După aceea, bosumflate, alunecă pe el tangenţial, de la o comisură la alta, ca şi cum glandul ar fi un ruj, cu deosebirea că aici buzele sunt acelea care se mişcă.

Mai îndrăzneţe, îşi trec glandul dincolo de tivul cărnos şi plin de salivă şi-l pun în contact cu partea dinăuntru; cum glandul este prins între cele două buze, acestea se distrează strângându-l în mici ciupituri succesive; apoi, când capul se mişcă de la dreapta la stânga şi înapoi, ele îl lasă să pătrundă în fanta oblongă; mai târziu, când capul se deplasează înainte şi-napoi, buzele îl fac să-alunece în etuiul lor cărnos, sugându-l ca pe-o acadea.

În sfârşit, bulimică, gura înhaţă glandul şi membrul, le înghite mai mult sau mai puţin adânc şi chiar până în fundul gâtlejului, le face să culiseze într-un du-te-vino ritmic între limbă şi palat, le suge, le soarbe. Limba se-nvârte în jurul glandului prizonier, îl linge, 11 zdrobeşte. Dinţii se eschivează în timpul mişcărilor ca să nu-i provoace suferinţă gingaşei mucoase; dar, în fazele de odihnă, ei îl muşcă cu o nesfârşită delicateţe, de parc-ar fi vorba despre un balon de săpun.

Gura sloboade membrul şi se pregăteşte să coboare în jos de-a lungul coloanei peniene; îl copleşeşte pe întreaga-i suprafaţă cu sărutări ample şi zgomotoase, apoi cu mii de pupicuri. Apoi, se concentrează asupra feţei inferioare, cea mai deşănţată: cele două buze închise, dar umede, o ating uşor, de la fren până la scrot, într-o mişcare continuă, se întorc, pornesc din nou la drum; după aceea, se desprind din când în când de piele, ţintuind-o cu pupăceli. Şi iar se întredeschid, se răsfrâng şi, umede, fierbinţi, alunecă de la gland la testicule, într-un alt du-te-vino; ici şi colo. buzele modulează o pişcătură, limba dezvăluie o suptură, dinţii improvizează o uşoară urmă.

Totul alcătuieşte o somptuoasă compoziţie pentru flaut, lentă şi tulburătoare ca un adagio. Bărbatul, care nicicând nu şi-a închipuit o asemenea fericire, îi mulţumeşte lui Eros şi

binecuvântează soarta care i-a scos în cale o femeie atât de inspirată, atât de primitoare. Nu va putea s-o părăsească.

Dar iată că gura îi coboară pe testiculele prinse într-una dintre mâini şi le sărută, le linge, le alintă, le drăgăleşte; şi le şopteşte neştiute cuvinte.

Iar bărbatul, topit de tandreţe şi arzând de dorinţă, nu mai are decât s-o adore pe această adoratoare

Capitolul 15 **Primul cerc al femeii**

Source d'amour, fontayne de douceur Petit ruysseau appaysant toute ardeur Mal et langueur, 6 lien solacieux Et gratieux, séjour délicieux."

Despre neştiinţa bărbaţilor

Prea mulţi bărbaţi nu ştiu să se delecteze cu dezmierdarea delicatelor mătăsuri intime ale femeii şi să-i ofere uluitoare bucurii. Fără Îndoială, nu dispun de informaţii despre senzualitate, în ciuda faptului că lucrările de sexologie sunt pe toate drumurile. „Majoritatea bărbaţilor ignoră complet senzualitatea feminină."

11 Al drago siei izvor, fântână de plâcere / ***Părâu alinător de boale reie, / De Jaruri fi toropeală. o. toc de soare plin*** / JM ***farmece scăldat, senin.*** (Kt)

DrG/rordIdeu 231

Dar nu-i de-ajuns să cunoşti anatomia, mai trebuie şi „să simţi" femeia. „Îţi dau impresia că ştiu toate punctele sensibile, dar rămân în planul teoriei, nu simt femeia. Prea le lipseşte «senzitivitatea» şi imaginaţia ca să detecteze punctele sensibile ale femeii."

Prin urmare, este de dorit ca bărbaţii să se ocupe mai mult de ceea ce le face plăcere partenerelor lor şi să se străduiască să surprindă nuanţele sensibilităţii acestora. „N-am găsit niciun bărbat capabil să mă mângâie aşa cum se cuvine... A făcut-o numai după ce i-am spus, ba chiar i-am arătat cum imi place. De ce nu se iau lecţii de clitoris, de vagin sau de penis; că lecţii de vioară se dau...”

Aşa este, de ce nu?

Un omagiu sexului femeii

Tandră şi atentă cu mâna, plină de admiraţie cu ochii, pioasă şi fierbinte cu gura, dezmierdarea sexului femeii valorizează o zonă care, paradoxal, este dorită, dar şi disprețuită.

Dacă ar fi să ne luăm după ce ne-arată artele, diversele civilizaţii străvechi au reprezentat întotdeauna în mod inegal sexul femeii şi pe cel al bărbatului. Cel puţin, din câte ştiu eu... În sculptura egipteană, cretană şi greco-latină, sexul masculin apare în mod natural şi neacoperit.

În plus, în aceste civilizaţii, ca şi la multe popoare primitive în cadrul cărora falusul constituia obiectul unui adevărat cult, membrul viril capătă, la statui, nişte dimensiuni considerabile (zei itifalici); uneori, statuia întreagă nu mai este decât un falus înălţat. În aceste cazuri, bineînţeles, figura nu mai reprezintă penisul, organ al plăcerii, ci falusul, simbol al puterii şi al fertilităţii.

Invers, statuile mediteraneene antice nu reprezintă nici măcar ceea ce este vizibil din sexul femeii; frumoasa ridicătură a muntelui lui Venus, emoţionanta-i lână şi perspectiva vulvei. *A fortiori*, după ştiinţa mea, nimeni nu a sculptat vreodată vulva şi rafinamentele-i intime, aşa cum s-a întâmplat cu falusul.

Cuprinzând tot Occidentul, civilizaţia iudeo-creştină a introdus noţiunea de păcat al cărnii; încă din primele secole, creştinismul a aruncat anatema asupra sexului, iar artiştii şi-au învăluit nudurile în văluri sau le-au angelizat. Cei care, readucând la viaţă arta antică ori încercând să-şi descătuşeze creativitatea, au încercat să le smulgă, au continuat să cenzureze sexul feminin. Chiar şi cei mai apropiaţi de noi, un Manet, un Rodin, un Renoir, care au scandalizat totuşi prin anumite nuduri feminine, nu le acordă femeilor decât un sex de înger ori de fetiţă.

În prezent, nu e bine, ba chiar e interzis să expui în public ori să prezinţi în mass-media o pictură care înfăţişează sexul feminin aşa cum este el. Prin urmare, avem de-a face cu un fenomen universal care escamotează organele genitale externe ale femeii. Pudoarea aceasta să fie ea dictată de respect sau de ruşine? Putem răspunde cu „ruşinea" în ceea ce priveşte ţările atinse de creştinism: mama Dumnezeului său a rămas virgină şi a dat viaţă fără să păcătuiască; sub influenţa acesteia, primii anatomişti au considerat că organele genitale sunt nişte „părţi ruşinoase" şi au denumit nervii şi arterele care duc la ele „ruşinoase".

Din păcate, în veacul nostru de libertate, un bărbat, totuşi genial, Frcud, avea să menţină în ruşine sexul feminin. Pentru părintele psihanalizei, organul femeii este organul masculin tăiat, femeia fiind un bărbat castrat. El a pretins chiar că vederea vulvei le provoacă bărbaţilor teroarea de castrare, în timp ce priveliştea vulvei le dă femeilor „complexe" şi „invidii". La mutilarea organului, el a adăugat deprecierea estetică, afirmând apăsat că, situate fiind *inter urinas et faeces*, organele genitale nu ţin de nicio frumuseţe. Faptul acesta, alăturat altora dintre teoriile sale, îl transformă pe Freud în cel mai mare misogin.

Nu trebuie, aşadar, să ne mirăm că sexul lor, atât de devalorizat, continuă să fie o povară psihică pentru femei. Cu atât mai mult cu cât

raţiuni naturale nu le incită să-l placă 111 mod spontan. El este ascuns, invizibil, deci necunoscut ori chiar misterios; este o zonă complexă, comună altor orificii. Când se manifestă la pubertate, anatomic şi fiziologic, tot ceea ce se întâmplă — pilozitatea, sângele — nu o poate seduce pe fetiţă; pentru adult, menstrele rămân, potrivit unei vechi expresii, o murdărie sau o corvoadă. Şi încă e bine, căci pot să survină şi faimoasele „uşi albe" (sau leucorecle), uneori verzui, determinate de anumite infecţii genitale. Pe scurt, pentru femeie — dar şi pentru bărbat —, sexul feminin este perceput ca ceva murdar, care miroase, care pătează; e bun numai pentru presantele nevoi ale penisului.

Astfel, înţelegem ce fel de tandreţe va simţi femeia pentru bărbatul care, fără nicio silă pentru această zonă, va pune cu tandreţe şi admiraţie mâna, ochii, gura. Femeia, narcisizată în miezul intimităţii sale, este mândră de feminitatea ei; mângâierile o „revelează" nu doar din punct de vedere psihologic, ci şi erotic. „M-am simţit pe deplin recunoscută şi acceptată ca femeie din clipa-n care mi-a sărutat această parte, cea mai tabu a fiinţei mele. De când o iubeşte, imi iubesc şi eu feminitatea."

Multe femei consideră că acordul bărbatului de a-şi lipi gura de .»cest loc este cea mai mare dovadă de dragoste pe care le-o poate el oferi; şi, în ceea ce le priveşte, să accepte acest gest este marca unei imense încrederi. „Să-şi pună chipul pe acel loc este cel mai frumos ilar pe care-l oferă un bărbat femeii." Trebuie să spunem că adoraţia amanţilor nu este rezultatul cecităţii iubirii.

Nu este adevărat că sexul feminin ar li murdar, cu excepţia cazurilor în care apar anumite infecţii, banale ori veneriene, dar întotdeauna vindecabile. Este un loc perfect curat şi aseptic; cei câţiva germeni care se află aici sunt utili şi nu patogeni. Este incomparabil mai curat decât o gură care conţine milioane de germeni, dintre care unii sunt patogeni. Cât despre menstruaţie, nu-i nimic nesănătos în acest fapt: ce poate fi respingător într-o hemoragie?

Nu este adevărat nici că ar mirosi urât, mai puţin atunci când există unele infecţii sau se constată o lipsă de igienă; mirosurile *sui generis,* amestecate cu moscul, sunt agreabile şi fermecătoare. Heri al IV-lea, numit „Galantul", ii scria metresei sale: „Iubita mea, te implor, nu te spăla".

Şi nu-i nimic mai neadevărat decât că ar ñ urât! Oare nu aud ele, femeile, cum iubiţii lor, fascinaţi de sângerarea trupurilor, răvăşiţi de sânge şi de foc, şoptesc cât de frumoasă este dorinţa feminină; nu aud ele cânturile acestor adoratori ai feminităţii: „O, Femeie, am pătruns în inima continentului tău, în această grădină tropicală ale cărei miresme şi căldură jilavă mă imbată. Cu degetele, cu buzele, CU limba, adun şi culeg, iţi înfloresc şi-ţi desfrunzesc, îţi adulmec şi-ţi gust trupul îmbobocit. Calicii rumene, corole purpurii, petale trandafirii, sépale coralii şi

ciucuri roşiatici, mă ameţiţi cu esenţele voastre. Corimb îmbătător a ambră mirosind, muguri stacojii umflaţi şi semeţi, minţile mi le răpiţi cu ale voastre inflorescenţe.

O, Femeie, o, florilegiu, inmiresmează-mă cu ale tale parfumuri, inveleşte-mă cu mătăsurile-ţi de roibă. O, Femeie, am ajuns la izvoarele vieţii. Apa iubirii, apa feminină, apa ţâşnită din stânca ta de bărbat lovită, ţâşneşte din adâncuri, şiroieşte, scânteiază şi sapă ascunzişuri. Apa sorbită e-mbelşugată, stropi de viaţă. O, chintesenţă a feminităţii care mă rebotează în fiecare noapte... O, Femeie, cât de frumoasă ţi-e plăcerea."

Da, bărbatul poate venera sexul feminin, căci acesta este locul conceperii şi naşterii sale şi cel al desfătărilor supreme, într-atât de intense, de fermecătoare, incât trupul femeii il aruncă într-un vertij de dincolo de plăcere, il proiectează în visul unui imaterial, îi oferă tentaţia unui univers.

Mângâierea vulvară este un act major care ii onorează pe ambii parteneri, şi pe cea care o primeşte, şi pe cel care o oferă; şi îndeosebi săruturile alungă ruşinea de ea legată şi vindecă rănile falselor castrări

ce aici au fost
scornite

Mângâierea de dragul mângâierii

Această carte ar dori să abolească o anumită tiranie care vrea ca orice apropiere dintre femeie şi bărbat să se încheie sau, mai rău, să se rezume la un coit în cursul căruia cei doi parteneri trebuie să aibă orgasm. Din principiu, mângâierea de dragul mângâierii este aceea care nu vizează neapărat nici coitul, nici orgasmul.

Nu vreau să înlocuiesc o tiranie cu un sectarism şi o obligaţie cu o interdicţie. Mângâierea de dragul mângâierii nu este un sistem, ci o stare de spirit Subiectul programat, îndreptat numai spre imperativul obiectiv — coitul, orgasmul — îşi îngustează sensibilitatea şi se-nglodeşte în rutină. Dimpotrivă, dacă postulăm că un contact nu este în mod automat un scop şi că ne putem atinge pentru simpla plăcere a dezmierdării, lărgim câmpul dorinţei şi registrul senzaţiilor.

Totuşi, e foarte bine dacă femeia are orgasm sau dacă ea cere coitul, cu sinceritate şi nu ca un mijloc de a pune cât mai repede capăt unui raport penibil. Căci cele mai multe femei duc dorul unui orgasm; iar orgasmul femeii nu reprezintă sfârşitul unei relaţii. Se ştie prea bine că este multiorgasmică şi că juisările sale nu sunt urmate, ca la bărbat, de o perioadă refractară mai lungă sau mai scurtă, în iimpui căreia dorinţa şi capacitatea orgasmică să regreseze; orgasmul femeii nu încheie acel duo, ci o interminabilă suită de urmări.

La bărbat, orgasmul este o concluzie, un final fără urmări; gata cu frumoasa iubire, iar doamna rămâne frustrată. Prin urmare, în cazul lui, obţinerea sistematică a unui orgasm va trebui evitată. De asemenea, femeile trebuie să fie atente, căci acesta poate surveni intempestiv. Se produce cu uşurinţă, la comandă, în câteva minute, prin stimulări simple. Această facilitate în accederea la acmee este un argument în favoarea cererii de a-şi amâna, ba chiar renunţa la orgasm în anumite zile.

Dar dacă, din joacă, din plăcere, cu deplina cunoaştere a urmărilor evenimentelor — sau, mai degrabă, a lipsei lor —, orgasmul bărbatului a fost hotărât, prin iscusinţa mâinii ori a trupului, tot e bine. Anumiţi bărbaţi, mai ales tinerii, nu-şi pierd nici dorinţa, nici atotputernicia după o primă ostoire.

În ceea ce priveşte femeia, principiul mângâierii de dragul mângâierii — această atitudine detaşată în raport cu orgasmul — îi permite să se elibereze de o tiranie care îi scotomizează senzualitatea şi o împiedică să-şi extindă posibilităţile senzuale; şi, astfel, este favorizată apariţia fortuită a unui orgasm, rod al purei plăceri. „Orgasmul este o primă pentru dezinteres."

Există oare obiecţii la această concepţie despre relaţiile senzuale? În primul rând, este ea realizabilă? Unii vor spune că bărbaţii, alţii vor zice că femeile nu ştiu ori nu le place să mângâie. Sper că prin această lucrare să le ofer modalitatea şi gustul.

Mulţi vor fi de părere că bărbaţii nu sunt capabili să-şi menţină dorinţa şi să-şi reţină orgasmul. Cred că achiziţia unei noi stări sufleteşti va permite acest lucru; dacă postulăm că, într-o bună zi, contactul nu va mai fi o cursă spre ejaculare, bărbaţii vor putea să-şi tempereze înflăcărarea şi, aflându-şi răsplata în ceea ce vor descoperi, vor fi convertiţi la această nouă mentalitate.

Pentru a-i ajuta pe bărbaţi să se înfrâneze, este necesar ca femeile să ştie să nu meargă prea departe; să înceapă cu dezmierdările celui de-al treilea şi celui de-al doilea cerc şi să păstreze pentru mai târziu mângâierile primului cerc. Dacă dezmiardă penisul, să fie conştiente că se joacă cu o bombă şi să-şi concentreze atenţia pentru a nu atinge pragul exploziei; să vegheze să-şi întrerupă la vreme stimulările şi să se ocupe atunci de destinderea iubitului prin mângâierile dăruite trupului.

„Unii susţin că pipăielile sunt imature, că e vorba despre ceva care este practicat numai de aceia ori acelea ce nu pot merge până la capăt. Din vremuri imemoriale, mângâierile au constituit o formă extrem de importantă a sexualităţii, dar legile iudeo-creştine le-au condamnat" (27).

Aşa-numitul „petting" sau „flirtul avansat", care se practică printre adolescenţi, este radical diferit: exclude total penetrarea şi
DrOrardlA» 2J7
ejacularea. El rezultă dintr-o imposibilitate de a merge mai departe >i nu dintr-o alegere deliberată.

Onan a fost unul dintre acei păcătoşi împotriva cărora tună şi fulgeră Vechiul Testament; el se deda juisării fără să se supună obligativităţii coitului. Locuitorilor Sodomei le plăcea amorul anal; iar lui Samson, să-i fie mângâiat părul. Dumnezeul Răzbunării i-a [K'depsit pe toţi în diferite feluri. Osândiţi au fost şi femeia adulteră, şi ceilalţi păcătoşi într-ale desfrâului din Noul Testament.

Oare de ce este nevoie ca religiile iudeo-creştine să continue s arunce oprobriul asupra dezmierdării, în condiţiile în care aceasta este cântată în *Cântarea cântărilor*:
„Sărută-mă cu sărutările gurii tale, că sărutările tale sunt mai bune ca vinul. (...) Stânga sa este sub cap la mine şi cu dreapta lui mă cuprinde. (...] Ale tale buze miere izvorăsc, iubito, miere curge, lapte curge, de sub limba ta /.../. Ca finicul eşti de zveltă şi sânii tăi par struguri atârnaţi în vie. În finic eu m-aş sui — ziceam — şi de-ale tale crengi m-aş apuca [...]. Că iubirea ca moartea e de tare [...}. Săgeţile ei sunt săgeţi de foc [■■■]"„■

Iar Iisus Hristos a lăsat-o pe Maria Magdalena să-i spele şi să-i dezmierde picioarele?

Este trist că termenul de onanism se utilizează cu o conotaţie peiorativă şi că plăcerile extracoitale sunt, în mod prostesc şi sordid, considerate drept o masturbare în doi, fiind de aceea reprimate. În felul acesta, este culpabilizată o formă de tandreţe care alege să prelungească plăcerea, să ridice dorinţa la rangul de plăcere continuă şi să încerce să-l aducă pe celălalt la o mai mare senzualitate.

Dacă mângâierea nu este un păcat, aşa cum pretind unii. ea nu este nici o primejdie, cum susţin alţii. Stimulările provoacă în

zi *Cântarea Cânturilor*. 1.1; 2.6; 4. u; 7. * 8. 6. În *BiNia iau Sfânta Scriptură*. Editura Institutului Biblic fi de Misiune al Bisericii Ortodoxe Române. Bucureşti, 1994. pp. 673—676-

(N.t.)zonele erogene o stare de excitaţie ori „fază de intumescenţă" care se caracterizează printr-o vasodilataţie sau congestie şi o tensionare a muşchilor, două fenomene resimţite ca fiind agreabile. Această congestie şi această tensiune sunt menţinute în platou un anumit timp în care zonele erogene şi corpul în general se încarcă cu energie ca un condensator.

La un moment dat, fie prin însumarea excitaţiilor, fie prin apariţia unei excitaţii mai puternice, energia atinge un prag exploziv: congestia fiind maximă, iar tensiunea musculară extremă, se manifestă atunci nişte contracţii involuntare şi perineale; aceasta este faza de contracţie involuntară. Din această clipă, sunt posibile două eventualităţi:

- fie stimulările încetează din voinţa celui care le oferă sau a celui care le primeşte; progresia spre explozie se opreşte la „punctul de dificilă întoarcere"; este momentul imploziei; evenimentele sunt parţial, dar greu reversibile. Senzaţiile devin mult prea intense: agreabila vasodilataţie se transformă într-o neplăcută congestie, iar plăcuta tensiune într-o dureroasă contractură.
- fie stimulările persistă şi ating „punctul de nonîntoarcere", ireversibil, care nu se mai supune voinţei; se produce explozia care eliberează energia: acesta-i empireul şi apoi vine destinderea. Congestia se decomprimă, contracţiile dispar. Energia se restaurează automat în tot corpul prin autoîncârcare.

De îndată, implozia se traduce prin iritaţie, disconfort, lehamite, lacrimi; organele genitale pline de sânge şi în spasme creează o senzaţie neplăcută şi chiar dureroasă de tensiune neuşurată. Pe termen lung, se pot instala tulburări psihice cronice (iritabilitate, anxietate, tendinţă depresivă), o stare de obosealã, o congestie cronică ale cărei manifestări sunt anumite dureri, algii pelviene şi lombare.

Toate acestea pot fi prevenite. Dacă orgasmul nu este dorit, partenerii nu trebuie să ajungă la „punctul de dificilă întoarcere”,Or C/ranJ Irire w dozându-şi stimulările. Să ştie, aşa curn am spus, să nu meargă prea departe. Dacă acest punct de „dificilă întoarcere” este atins, stimulările trebuie împinse până la declanşarea orgasmului, după acele mijloace care, de obicei, sunt eficiente: coit, stimulări digitale efectuate de către parteneră sau autostimulare. În niciun caz, bărbatul nu întrerupe unilateral stimulările: dacă este nevoit să-şi scurteze dezmierdările pentru că este cuprins de un orgasm intempestiv, el restabileşte echitatea străduindu-se s-o satisfacă pe iubită.

Dacă, la femeie, punctul culminant nu este obţinut (ori pentru că femeia este „revelată”, dar işi rateazâ accidental decolarea, ori fiindcă nu este astfel şi încă n-a cunoscut orgasmul), bărbatul trebuie să facă totul pentru a-i aduce destinderea, dovedindu-i o marc tandreţe şi dezmierdându-i trupul, acel *nec plus ultra* fiind masajul californian.

Dacă cei doi parteneri nu au adoptat de comun acord starea sufletească a mângâierii de dragul mângâierii; dacă nu ştiu să rămână dincoace de „punctul de

dificilă întoarcere”; dacă, atingându-l, nu-şi descarcă extrema tensiune; dacă, în sfârşit, din pricina unui stupid sectarism, nu ţâşnesc niciodată împreună; într-un cuvânt, dacă trădează pur şi simplu spiritul mângâierii, absenţa paroxismului este irustrantă. Dar aceia care rămân dincoace de zona

de posibilă, deşi grea întoarcere plutesc într-un ocean de tandreţe şi binefacere. Cea mai importantă este insă dorinţa ca plăcere, plăcerea prin dorinţă. Iubiţii trebuie să savureze plăcerea care arde mocnit, iar nu să fie spulberaţi într-o plăcere-fulger.

Capitolul 16

Ţinuturile primului cerc al femeii

()dinioară, sexul femeii era, pentru majoritatea bărbaţilor, un simplu orificiu: în zilele noastre, ei ştiu că este o formaţiune fastuoasă, dar 1 omplexă şi sunt dezorientaţi. Vulva este ansamblul sipetului femeii ale cărui principale bijuterii sunt clitorisul şi vaginul. Schemele care urmează ne permit să le admirăm detaliile.

Mângâierile vulvei

Din punct de vedere histologic, labiile mari, pe faţa lor externă, sunt făcute dintr-o epidermă cu strat cornos şi un derm a cărui pani- v ula adipoasă consistentă le conferă o grosime potrivită. Dimpotrivă, laţa internă a labiilor mari, ca şi labiile mici şi vestibulul, pe scurt, tot cpidermul intim al vulvei, are o mucoasă fără strat cornos şi fără grăsime; prin urmare, este o piele fină. Aici se află numeroşi nervi (terminaţii nervoase libere în derm, corpusculi în hipoderm), dar se pare că nu există corpusculi Krause. Tot aici abundă şi vasele de sânge. Bogăţia inervaţiei şi a vascularizării este caracteristică pentru o zonă erogenă. Bulbii vestibulari sunt o concentraţie vasculară care formează un corp erecţii şi care se umple de sânge în timpul excitaţiei; ei comunică cu clitorisul şi cu plexurile perivaginale.

Degetul care mângâie aceste fine mucoase este uşor, delicat, urmărind detaliile topografiei, din tandreţe şi pentru a da naştere unor savuroase senzaţii. Vârful trece o dată şi încă o dată peste vasta suprafaţă a labiilor mari, emoţionante şi pline asemenea unor obrăjori, alunecoase ca satinul, fierbinţi precum pâinişoarele de-abia scoase din cuptor. Nicio mângâiere nu este atât de onctuoasă, tandră şi totodată intimă. Dacă atingerile durează, voluptoase plăceri capătă formă, invadează trupul iubitei care le dă glas în fervente cânturi de iubire. Cea mai fertilă zonă este aceea care acoperă bulbii, tari sub apăsarea degetului, plini de sânge.

Degetul urmează şi adânciturile deasupra şi dedesubtul labiilor mici, le netezeşte pe faţă şi pe dos, intre police şi median. Aceşti ciucuri sunt apucaţi, pişcaţi uşor, urmaţi de la un capăt la altul. Acestea nu sunt decât nişte exemple; amantul este acela care trebuie să inventeze miile de atenţii de care sunt demne aceste orhidee.

Gura preia ştafeta; ea sărută vulva de parc-ar fi o gură: „Pentru sărutarea lui Yoni, se va imita sărutul pe gură” (28). Este, într-adevăr, un sărut intens, extrem de intens atât pentru cel care-l oferă, cât şi pentru cel care-I primeşte.

Nu este oare emoţionant pentru bărbat să se întoarcă la izvoarele sale, să se mai nască o dată? Nu este oare emoţionant pentru femeie să dea naştere acestui bârbat-copil? Iar acest bărbat care-şi linge iubita precum pisica puiul nu este oare plin de tandreţe? Şi nu-i încrezătoare femeia care se transformă într-un pisoiaş? Trebuie că legile au fost create de nişte bieţi nevrozaţi, din moment ce, în anumite state americane, această scenă admirabilă este un delict!

Gura este aici agentul cel mai plăcut. Buzele se plimbă, alunecă pe suprafaţa labiilor mari, le pişcă, le sorb; apoi, ele urmează labiile mici, le trasează marginile, le înşfacă, le sug, le ciupesc.

Or Glrordlritu 243

Limba, cu latu-i larg şi suplu, lipăie cu poftă suprafeţele dolofane, pline de sânge, tensionate de dorinţă ale labiilor mari. Vârful ei, precis, estet, desenează liniile, dantelele; curioasă, ascunsă, se fofilează într-o gropiţă, ocoleşte o papilă sau o strâmtoare, ridică o labie mică, se strecoară într-o adâncitură; zglobie, gâdilă pe ici, pe colo; pofticioasă, gustă nectarul feminităţii; Îndrăzneaţă, înainte-mergă- toare, se hazardează în adâncurile vestibulului. Mai apoi, se poate ca, într-un mod delicat, dinţii să se prefacă a o mânca pe cea pe care iubitul o adoră.

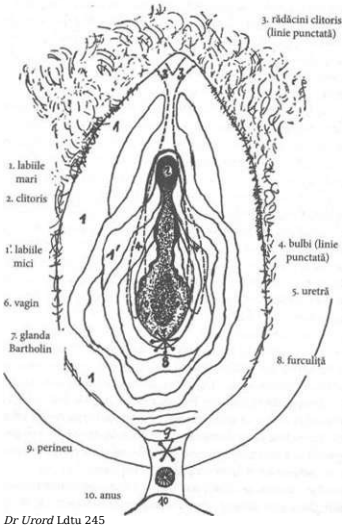
Amantul, cu chipul cufundat în picăturile de rouă ale corolelor desfăcute, adulmecă miresme care-i iau minţile. Beţie de mosc şi alte arome, desigur, dar şi efectul perfid al mirosurilor remanente dintr-o altă vârstă, atunci când, bebeluş fiind, el trăia, cu femeia, o înfocată apropiere a trupurilor, atunci când, copil fiind, trăia, cu femeile, la înălţimca pubisului lor; un autor celebru mărturiseşte cât de mult îl tulbura parfumul mamei sale atunci când îşi pitula capul între coapsele ei, prin rochie. Un altul, Montagner, a demonstrat printr-o serie de experienţe că mirosul mamei joacă un rol esenţial, dar inconştient pentru copil. Femeia însăşi care işi simte trupul răspândind miresme în timpul actului iubirii este cuprinsă de emoţie. Bărbatul născut din deschiderea coapselor sale se întoarce aici pentru a muri de iubire.

Iar el continuă s-adune, fără să uite nici cel mai mic deliciu, întârziind asupra celor mai sensibile puncte: papila meatului urinar, faţa anterioară a vestibulului, feţele sale laterale unde se reliefează bulbii congestionaţi şi, mai ales, despicătura de o sublimă eroticitate.

Da, iată un jăratic care, înflăcărat de pupici, răscolit de Ungeri, aţâţat de sărutări, se aprinde brusc, cuprinzând-o pe femeia iubită. Zwang susţine că ar fi vorba despre o „zonă-clopoţel", vestigiu al epocii când hominizii erau patrupezi. Pentru a cuceri acest versant, era nevoie de un chibrit care s-aprindă pulberea.

Iar amantul ar fi inspirat dacă ar face scurte incursiuni de mângâieri spre clitoris, vagin, anus, în aşteptarea clipei în care li se va consacra pe deplin. Îşi va ferici peste măsură iubita dacă

SCHEMA 5
VULVA



Dr Urord Ldtu 245

degetele s-ar ocupa, în acelaşi timp, de sâni şi de întreaga suprafaţă a trupului îndrăgit.

Mângâierile clitorisului

Bărbatul poate mângâia clitorisul fără un alt scop decât acela de-a oferi plăcere sau cu o ţintă bine determinată, şi anume declanşarea orgasmului.

Când femeile îşi stimulează ele însele clitorisul, obţin juisarea în 95% dintre cazuri; când cel care le mângâie este un bărbat, juisarea nu survine decât în 44% dintre cazuri, potrivit statisticilor lui Shere Hite. Cum aceasta s-a adresat unui eşantion de femei despre care putem crede că aveau clitorisul bine „antrenat" (multe dintre ele erau celibatare şi lesbiene), putem estima că această cifră de 44% este mult în favoarea bărbaţilor şi că, în realitate, într-un eşantion mai mare de femei, mult mai puţine ar obţine orgasmul prin strădaniile iubitului. Prin urmare, este din nefericire evident că cei mai mulţi dintre bărbaţi nu ştiu să dezmierde clitorisul şi au totul de-nvăţat.

Bărbaţii şi clitorisul

Mulţi bărbaţi habar nu au de existenţa clitorisului. Am încremenit atunci când un bărbat, profesor, căsătorit de mai bine de zece ani, a spus că nu ştie ce este acela un clitoris. Alertat, aveam să-mi dau seama de amploarea proastelor relaţii dintre bărbaţi şi clitoris.

Unii cunosc clitorisul, dar ignoră existenţa unui organ clitori- dian sau nu ştiu foarte multe despre importanţa sau legitimitatea lui. „El mă mângâie ca să mă excite, nu ca să-mi ofere un orgasm. Aş vrea ca el să continue şi să-mi permită să mă las în voie până la orgasm. De ce n-aş avea şi eu dreptul la acmee, la destindere, ca şi el, chiar dacă il obţin prin clitoris?"

Cei mai mulţi dintre bărbaţi nu cunosc mângâierea „gratuită" a clitorisului, prin „gratuit" înţelegând-o pe aceea care nu duce la coit. „Ei mă stimulează doar ca să fiu gata pentru ei, nici nu le trece prin minte să mă mângâie pentru propria-mi plăcere."

Regăsim aici stricăciunile modelului tradiţional al sexualităţii.

Există bărbaţi care cunosc importanţa clitorisului, dar refuză să i se „dedea", fie din dezgust fizic, căci sexul feminin le repugnă; fie din lipsă de atracţio, căci sexul femeii nu le place; fie, în sfârşit, din prejudecată sau tabu. Există şi nefericiţii care nu găsesc clitorisul; nu-i cunosc localizarea, nici morfologia şi nu reuşesc să-i dea de urmă. Îşi petrec vremea căutând unde se poate cuibări „blestemata de moviliţă". „După douăzeci şi trei de ani de

căsătorie, ţi-e la fel de greu să-mi găseşti clitorisul şi n-ai avansat deloc. Ţi-o fi oare frică de el?"

Prea mulţi amanţi nu ştiu să-l stimuleze: „tl freacă prea tare, ca şi cum ar vrea să-l şlefuiască şi mă iritã; nu ştie ce-i aceea măsură. Apasă mult prea direct, exact deasupra şi mă chinuieşte. Este mult prea sacadat sau mult prea încet; nu-şi găseşte ritmul; şi nu mă excită îndeajuns de multă vreme".

Femeile cer să fie mângâiate mai mult şi mai bine. Ar trebui să se hotărască, în ciuda falselor pudori şi a timidităţii lor, să-şi exprime nevoia de mângâieri şi de orgasm clitoridian.

Femeia nu se trage din bărbat

Unii falocraţi, printre care Freud şi câţiva dintre succesorii săi, au acreditat ideca conform căreia clitorisul este un membru mai mic, un organ vestigiu. Dar să susţii că clitorisul este un penis mai mic este o prostie la fel de mare ca atunci când

ai spune că tubul
schnorkel

,

SCHEMA 6
CLITORISUL

1. rădăcini
2. genunchi
3. corp
4. gland
5. prepuț
6. frâu
7. bulb vestibular

care se ridică la suprafaţă de pe un submarin în imersiune, este un mic pachebot. În plus, este o dovadă de falocraţie şi de misoginism să consideri mădularul drept o unitate de măsură şi de referinţă.

Să afirmi că este un organ „vestigiu" sau „rudimentar" este total neştiinţific: avem de-a face cu un vestigiu atunci când evoluţia a modificat un organ la doi indivizi dintr-o aceeaşi descendenţă, dar care sunt separaţi printr-un spaţiu temporal considerabil; coccisul, de pildă, este un vestigiu al cozii strămoşilor noştri, maimuţele. Însă, din câte ştiu, femeia nu „se trage" din bărbat, ea-i este contemporană; între penis şi clitoris nu există o diferenţă evolutivă, ci o diferenţiere sexuală.

Într-adevăr, glandul clitorisului este extremitatea vizibilă şi perceptibilă a unui vast şi complex ansamblu erectil, restul fiind intern: corpul, cei doi corpi cavernoşi şi bulbii vestibulari, ei înşişi legaţi de plexurile vasculare ale labiilor mici şi mari şi de plexurile vaginale. Partea vizibilă a clitorisului nu reprezintă decât 4% din sistemul erectil.

Acest sistem se umple de sânge în timpul fazei de excitaţie. Cu privirea sau degetul, se constată înroşirea şi umflarea clitorisului, a labiilor mici şi a labiilor mari şi mărirea vestibulului; mai mult, prin atingere se observă şi turgescenţa ţesuturilor. În total, afluxul de sânge este superior celui al penisului; dar pe când erecţia acestuia din urmă este spectaculoasă, intumescenţa femeii este pe de-a-ntregul internă subjugându-i însă pe-aceia care ştiu s-o măsoare. Prin urmare, clitorisul nu este decât partea de la suprafaţa aisbergului, nestemata centrală a unei nepreţuite bijuterii; şi un organ de o sensibilitate şi de o eficacitate fără pereche.

O plăcere divină

Disprețuind clitorisul, Freud și unii dintre moștenitorii săi au cântat în struna secolelor de misoginie și culpabilizare; în același stil, au denigrat și plăcerile clitoridiene; *a priori,* orgasmul clitoridian este discreditat. Femeile care se dedau acestor bucurii nu puteau ii decât imature sau nevrotice, căci altfel ar fi recurs doar la plăcerea vaginală, întru totul superioară! Din fericire,

aceste afirmaţii care au devalorizat atâtea femei timp de o jumătate de secol au fost înlăturate.

Aşa cum organul îşi are propria-i existenţă, incomparabilă şi admirabilă, ia fel şi plăcerea pe care el o oferă este valabilă în sine, nefiind, cu alte cuvinte, succedanee unei plăceri vaginale — cu nimic mai bună —, nefiind doar preliminariul acestei plăceri vaginale, ci fiind, în mângâierea gratuită, de o intensitate, de o acuitate, de o tonalitate superioare tuturor plăcerilor corpului, inclusiv celei dăruite de sâni şi de vagin; şi faţă de-aceasta din urmă, are superioritatea de a apărea mult mai repede. În sfârşit, aceasta este, în mângâierea orgasmică, de o intensitate şi de o calitate superlative, invadând trupul şi acaparând conştiinţa; orgasmul clitoridian este la fel de bun ca cel vaginal, între ele existând simple diferenţe cromatice, geografice şi psihice.

Clitorisul îşi datorează extraordinara sensibilitate erogenă structurii sale: o piele fină, fără strat cornos; o considerabilă bogăţie vasculară care ii permite o intensă congestie, o incomparabilă bogăţie nervoasă care îi conferă o sensibilitate „explozivă", mulţumită mai ales abundenţei de receptori ai voluptăţii, corpusculii Krause; iar punctul cel mai încărcat cu aceşti faimoşi corpusculi nervoşi este faţa posterioară a glandului, acolo unde se inserează frâul clitorisului.

Corp erectil şi zonă plină de captatori ai plăcerii, clitorisul este un organ erogen cu drepturi depline. Sensibilitatea-i este superlativă şi incomparabilă, de aşa natură, încât senzaţiile create se află la jumătatea drumului între voluptate şi durere; astfel încât a fost comparat cu un detonator. Poeţii ii cântă ca pe un minunat rubin, încastrat în cel mai somptuos sipet, adevărată piatră de-ncercare a tuturor plăcerilor, autentic Sesam al tărâmului miracolelor.

în căutarea clitorisului

Cuibărit în fundul unei văi, ea Însăşi ascunsă de crângurile unor păduri parfumate, sexul femeii ii apare bărbatului ca un palat misterios, cu numeroase labirinturi, cu comori de negăsit şi cu mult prea preţioase podoabe. Şi n-arc curajul să pătrundă aici. Dacă o face, Frumoasa din Pădurea adormită are

impresia că Făt-Frumosul ei se poartă asemenea unui pachiderm, orb pe deasupra.

Prin urmare, ar fi de dorit ca femeia să-l înveţe pe bărbat planul palatului său. Dar ar mai trebui ca ea însăşi să-l cunoască. Şi iată cum, mai întâi, va întocmi inventarul pentru ea însăşi şi-apoi, ca o stăpână, i-l va arăta vizitatorului. Dacă ea n-o va face, vizitatorul se va inspira din cele ce urmează.

Pentru ca privirea să poată repera clitorisul, este nevoie de lumină. Dacă iubirile sunt bucolice, comoara va părea încă şi mai demnă de admiraţie în strălucirea soarelui. Odată coapsele larg deschise, labiile mari trebuie îndepărtate, apoi cele mici, pentru ca privirea şi degetele să urce de-a lungul lor; în înaltul fantei, ele se întâlnesc într-un pliu ca o mică glugă de pelerină: este „capişonul" clitorisului; încet, foarte încet, capişonul acesta trebuie dat la o parte, iar un rubin se iţeşte, de mărimea unei mici coacăze sau a unui sâmbure de muscat: este clitorisul.

Pentru ca degetul să descopere clitorisul, coapsele fiind desfăcute, labiile mari şi mici trebuie date la o parte; pe culmea fantei, sub pubis, se simte o mică umflătură sub un pliu: este clitorisul. Atunci când este foarte dezvoltat, i se pot simţi detaliile: o mică extremitate sferică (glandul) aşezată pe un bastonaş care, sub acţiunea degetului,

Of CirefiLeku 251

se roteşte (corpul). Dacă femeia este cea care se explorează, ea resimte o senzaţie tulburătoare atunci când il atinge. Dacă bărbatul este acela care descoperă, îşi vede partenera reacţionând violent. Femeia poate, prin vorbe şi gesturi, să-şi ajute iubitul în căutările sale.

Dezmierdările clitorisului

Dificultatea provine din disimetria dintre stimularea cu care este obişnuit bărbatul, cea a penisului, grosieră, amplă, puternică, şi exigenţele nuanţate ale clitorisului, pe care bărbatul nu le-a trăit. O altă dificultate se datorează variabilităţii, de la femeie la femeie, a punctelor extrem de plăcute, a mişcărilor şi a ritmurilor necesare: căci nu există două femei asemenea.

Punctul de maximă plăcere, presiunea, mişcarea, ritmul sunt determinate prin tatonare, ţinând cont de reacţiile femeii:

respiraţia, gemetele, cuvintele, mişcările sale, toate îi indică bărbatului intensitatea plăcerii, absenţa plăcerii sau neplăcerea.

Femeia care, prin autostimulare, şi-a descoperit punctele precise şi modalităţile lor de excitare ar trebui să i le arate şi bărbatului. Iar tot ce poate face el mai bine este să o imite. Femeia nu trebuie să se teamă că va fi considerată o „vicioasă” sau o lesbiană; ei nu trebuie să-i fie frică nici că va destrăma farmecul poetic prin indicaţii

concrete („mai sus, mai jos, la stânga, la dreapta, mai repede, mai încet, mai tare, mai cu blândeţe”). Nu trebuie să ezite să apuce mâna iubitului pentru a o călăuzi, pentru a-i da mişcarea şi tempoul. Există o modalitate de a o spune şi a o face: jocul

.Dacă bărbatul este incapabil să-şi satisfacă partenera şi-o face să rateze orgasmul, nu trebuie să se mire dacă o vede întristându-se sau chiar „turbând” de furie: ea resimte o crampă perineală, o crispare nervoasă şi angoasă. O dată, de două ori, de cinci ori mai merge, dar dacă bărbatul işi înfăptuieşte de prea multe ori stângăciile, femeia începe să-l dispreţuiască şi poate să-i dispreţuiască pe toţi bărbaţii în general. Dezamăgită, ea refuză pe viitor mângâierea şi grăbeşte împlinirea coitului şi sfârşitul corvezii. Poate că se satisface singură sau apelează la surorile-i de

suferinţă. Dacă nu chiar se îmbolnăveşte de o maladie psihosomatică.

Nu cred că bărbatul este greoi, prea puţin senzual sau egoist. Fineţea, sensibilitatea, generozitatea i-au fost trunchiate de educaţie. Devenind tandru, delicat, senzual, atent cu vârfurile degetelor sale, cu trupu-i întreg şi cu urechile, bărbatul trebuie să găsească punctul-cheie care o catapultează pe iubita lui pe o orbită cerească. Este important ca bărbatul să ştie să mângâie clitorisul şi, dacă vrea, o poate face. Pentru ca să înţeleagă, prin analogic, extrema sensibilitate a clitorisului, să o compare cu cea a frâului glandului său.

Punctul cel mai sensibil este accesibil din diverse unghiuri. Fiecare femeie îşi are modul preferat de a fi atinsă: unele pe gland, altele pe corpul clitorisului, iar altele pe rădăcina acestuia. Localizarea punctului este foarte precisă, depinzând de numai câţiva milimetri. Dacă depăşeşte acest epicentru microscopic, stimularea nu mai este eficientă. Locul potrivit este cunoscut de parteneră, care l-a descoperit prin autostimulare; dacă ca nu i-l indică, bărbatul va trebui să-l detecteze plimbând uşor un vârf de deget prin ţinuturile clitorisului.

Potrivit femeilor, acest punct se află la coordonatele următoare:

- pe partea de sus a glandului, pe muchia diedrului pe care-l formează capişonul;
- pe partea de sus a corpului clitorisului, acolo unde se unesc labiile mici sau chiar mai sus, în apropierea osului pubian;
- pe partea clitorisului, în faţa părţilor laterale ale capişonului; degetul se găseşte atunci în adâncitura dintre capişon şi labiile mari;
- dedesubtul clitorisului, uneori chiar la doi centimetri mai jos; degetul se află între gland şi meatul urinar;
- În coroană, de jur împrejurul glandului; degetul îi dă ocol.

Df C&ardLrlev 253

Dată (fiind dimensiunea redusă a clitorisului (şi chiar şi mai redusă a punctului „electric") şi grosimea relativă a vârfului degetului, bărbatului ii este greu să-şi dea seama dacă stimulează rădăcina, corpul sau glandul. Cel mai adesea, excitaţia este globală; mai mult, ea nu este imediată, există întotdeauna o anumită distanţă între punctul precis şi punctul de impact şi, adesea, o interpunere de ţesut, ceea ce. de altfel, este de dorit, căci contactul direct cu clitorisul determină iritaţii şi dureri. Este

de preferat să-l mângâiaţi prin capişon, labiile mici sau chiar labiile mari, făcându-le să alunece deasupra lui.

Clitorisul preferă ca stimularea să fie realizată pe o suprafaţă relativ largă, mângâierea fiind atunci mai delicată, mai puţin punctuală. Oricum, suprafaţa va trebui să fie lubrifiată. Ceea ce urmează este mai degrabă de-o precizie elveţiană decât poetică; dar trebuie să-i ajutăm, cu precizie, pe bărbaţi.
Mângâierea cu un deget:

- indexul: deşi clasic, nu este cel mai capabil;
- medianul: este preferatul, căci este cel mai delicat şi amplasat în mijloc (prin definiţie), ceea ce permite o bună centrare a mâinii în axa vulvei, cu palma pe muntele lui Venus; indexul şi inelarul, rămase libere, mângâie simetric labiile mici şi faţa internă a labiilor mari;
- policele: este îndreptat în jos, aşezat pe regiunea ditoridiană; cele patru degete se află pe pubis.

Mângâierea cu mai multe degete:

- indexul şi medianul: fiecare deget se aşază pe fiecare faţă externă a clitorisului;
- indexul, medianul şi inelarul: indexul şi inelarul se află pe faţa externă a clitorisului, medianul este pe muchia capişonului.
- indexul drept şi indexul stâng: prind şi freacă, dar uşor, capişonul şi clitorisul, mişcarea fiind asemenea celei a mâinilor atunci când freacă un spic de grâu;
- patru degete: cele două degete centrale (medianul şi inelarul) freacă între ele capişonul şi clitorisul; cele două degete laterale (indexul şi auricularul) se plimbă pe labiile mici;
- policele şi indexul (sau medianul şi inelarul) prind uşor ca într-un cleşte capişonul şi clitorisul (sau chiar labiile mici, capişonul şi clitorisul) şi mângâie, cu vârfurile, clitorisul;
- palma: faţa-i cărnoasă se roteşte asupra regiuni clitoridiene;
- toată mâna: palma şi faţa palmară a degetelor „surfează” pe clitoris.

Presiunea variază, de la femeie la femeie, de la uşoară (delicată atingere) la destul de puternică; nu trebuie nici să „răzuiţi”, nici să striviţi. Dacă femeia însăşi îndeplineşte uneori acţiuni puternice, o face în cursul unor stimulări cu coapsele lipite sau de-a lungul vulvei. Aici, amantul se află în contact cu

clitorisul. Oricum, el începe printr-o apăsare delicată, pe care o intensifică treptat, lin, pe măsură ce plăcerea creşte pentru ca să devină puternică în pragul şi în timpul orgasmului; o menţine fără încetare până când femeia cere indurare.

Mişcarea pe care o apreciază cele mai multe femei este una circulară, asemenea unei rotaţii a acelor de ceas: degetul sau degetele se învârtesc în jurul clitorisului în mici cercuri. Pentru a se deplasa, degetul nu trebuie ridicat, vârful nu trebuie desprins de pe punctul de aplicaţie, mucoasele fiind acelea care alunecă şi culi- scază (cele ale capişonului, ale labiilor mici). Amplitudinea este de ordinul a câtorva milimetri.

Sunt posibile şi alte mişcări. Dintr-o dorinţă de eficacitate, le voi prezenta schematic:

- un du-te-vino în axa vulvei;

delicată apăsare a clitorisului prin capişon între police şi index; cleştele degetelor se strânge şi se desface alternativ sau roteşte cu mare atenţie corpul erectil

;Dr Gérord Ideu JS5

- uşoară clătinare a clitorisului Între cele două degete: pólice şi indexul (sau medianul) sau indexul şi medianul;
- rotire transversală sub degete.

Cea mai potrivită viteză depinde de fiecare femeie în parte; important este însă ca aceasta să fie constantă, fără pauze. Anumitor temei le place un *crescendo:* mângâierea, lentă la inceput, se accelerează progresiv pe măsură ce plăcerea creşte pentru a deveni destul de rapidă la apropierea şi în timpul acmeei; şi aici, întreruperile trebuie evitate.

Ritmul trebuie să fie regulat, susţinut fără încetare, fără cezuri, l>cntru a întreţine cât mai bine excitaţia şi pentru ca amanta să se poată abandona. Constanţa asigură însumarea, acumularea de stimulări şi creşterea excitaţiei. Orice schimbare de presiune, de mişcare, de tempo determină prăbuşirea nivelului de excitaţie. Prin urmare, nici mâna şi nici poziţia nu trebuie schimbate în mod intempestiv.

Durata mângâierii ditoridiene este hotărâtă de femeie. Dezmierdarea nu se va opri niciodată înainte ca femeia să ceară acest lucru; nu va trebui niciodată suspendată atunci când survine orgasmul. Atunci clitorisul se retrage şi dispare; dar amantul nu va trebui să piardă doar din acest motiv contactul cu punctul sublim, nici să reducă presiunea, nici să încetinească ritmul. Multe femei îşi alipesc coapsele atunci când plăcerea se intensifică; amantul va trebui să continue, oricum, mângâierea. Asocierea de mângâieri şi de sărutări a celorlalte părţi accesibile ale trupului (buze, sâni, anus) măreşte plăcerea.

Mult mai subtilă decât cel mai subtil dintre degete, gura permite nişte fabuloase dezmierdări ale clitorisului. Astfel, aceasta este mângâierea preferată a celor mai multe dintre iubitele noastre.

Pe plan erotic, ea este excitantă la modul superlativ, oferind plăcere şi orgasm senzaţionale; totuşi, deşi plăcerea este superioară mângâierii digitale, posibilităţile de orgasm sunt oarecum mai mici: 42% dintre femei ar aştepta acmeea datorată dezmierdărilor cu gura faţă de 44% care au orgasm dacă sunt astfel mângâiate cu degetul. Nu este de mirare, căci avem de-a face cu întâlnirea a două sensibilităţi la fel de sublime şi subtile: mucoasa vulvară şi mucoasa bucală; *summum*-ul teoretic şi real

fiind întâlnirea dintre vârful limbii şi punctul de maximă plăcere, cele mai sensibile două zone ale corpului.

Pe plan fizic, ea este agreabilă, căci femeia, întinsă cel mai adesea pe spate, poate să se relaxeze şi să se abandoneze plăcerii. Pe plan psihologic, este cel mai frumos omagiu pe care un bărbat i-l poate aduce iubitei sale; este gestul care o narcisizează în cel mai înalt grad. Invers, este cel mai frumos dar pe care o femeie îl poate face bărbatului ei, cel al tainicei sale feminităţi, însă este o mângâiere care cerc ca între amanţi să existe o marc încredere reciprocă.

Femeile îşi doresc ca bărbaţii să le ofere mai des această dezmierdare şi să le-o ofere din pură tandreţe, fără să o limiteze la preliminariile coitului. Datorită ei, le-ar plăcea când să plutească într-o delicată plăcere, când să se-nalţe până la orgasm, în funcţie de zile.

Buzele şi limba sunt organele cele mai potrivite pentru a stimula o zonă atât de sensibilă. Buzele şi încă şi mai mult limba sunt delicate, uşoare, umede, onctuoase, plate (mai puţin vârful limbii); motili- tatea lor fină şi complexă le face îndemânatice, subtile, precise. Vârful limbii, mult mai priceput decât limba, este agentul ideal pentru explorarea şi identificarea cu precizie a punctului „electric". Iar acest calificativ este în dublă măsură justificat în acest caz: pe de o parte, în momentul contactului cu punctul ei extrem de delicat, femeia resimte o plăcere „punctuală", enervantă, fulgurantă; pe de altă parte, atingând acest punct, vârful limbii resimte o foarte uşoară pişcătură şi un gust amar, asemenea celor pe care le simte la contactul cu o pilă electrică. După ce a reperat acest punct, limba este mijlocul cel mai precis pentru a-l stimula în mod electiv.

Ca şi în cazul degetului, amantul îşi va aminti că mângâierea trebuie să fie delicată, regulată, fără întreruperi, menţinută în timpul orgasmului, prelungită până ce femeia îi cere să se oprească. Aici,

contactul poate fi exercitat direct asupra clitorisului, căci mucoasele bucale sunt onctuoase.

Buzele prind cu delicateţe clitorisul cu sau fără capişon până la baza corpului (loc extrem de sensibil) sau apucă doar

glandul. Ele apasă uşor nestemata, o rotesc, o sorb discret, o sug, pe scurt, se comportă ca şi cum ar fi un mamelon de mici dimensiuni.

Limba, cu latul, realizează ample lipăituri; cu vârful, explorează cu precizie glandul, adâncitura dintre gland şi capişon, capişonul, în căutarea punctului şi-l atinge apoi punctual.

Ca şi în cazul degetului, trebuie să se ştie că clitorisul se retrage în timpul orgasmului, că multe femei îşi strâng coapsele pentru a-şi intensifica plăcerea, că juisările sunt şi mai puternice atunci când bărbatul mângâie în acelaşi timp şi alte locuri (vaginul, anusul, mameloanele sau întreg trupul). Şi chiar şi numai din tandreţe, această dezmierdare trebuie asociată cu alte jocuri trupeşti între cei doi amanţi, altfel ei se simt, paradoxal, departe unul de celălalt.

Mângâierile vaginului

Cea mai potrivită mângâiere a pielii vaginale nu poate fi oferită decât de penis; reciproc, cea mai bună dezmierdare a penisului este cea dăruită de vagin; este o lege a naturii şi o evidenţă împotriva cărora nicio altă elaborare nu poate avea întâietate. Totuşi, degetele şi gura pot aduce bucurii, mai ales bucurii mentale.

Mângâierile oferite de mână adâncesc intimitatea amanţilor. Femeia, care se lasă penetrată şi descoperită din „interior” şi posedată „înăuntru”, aduce realmente ofranda trupului său şi dăruieşte cea mai mare dovadă de încredere şi iubire. Bărbatul, care îşi introduce tandru mâna, păşeşte pe treptele regatului feminin şi ajunge în Sfânta Sfintelor.Atunci când cel care intră este penisul, senzaţiile erotice farmecă simţurile şi raţiunea bărbatului; dar el nu se gândeşte prea mult la dimensiunea efracţiei sale. Penisul este un organ de juisare, nu de cunoaştere; mai mult, se află în locu-i „firesc”. Mâna însă, organ de apucare şi de cunoaştere, măsoară întinderea gestului ei; pătrunzând în adâncurile femeii, bărbatul accede la misterele ei; vrăjit, simte ce se întâmplă în aceste străfunduri feminine şi le descoperă viaţa interioară; tulburată peste măsură, femeia ştie că el simte din afară ceea ce ca simte dinăuntru şi o emoţionează faptul că-i dezvăluie propriile-i secrete.

Prin mângâiere, el descoperă peretele fierbinte şi umed, striurile sale circulare, apăsarea şi, în adâncuri, conul dur al colului uterin înconjurat de fornixul vaginal. Brusc, stupefiat, simte, dacă femeia-i oferă cu ajutorul degetelor, prin dezmierdările-i excitate, acest dar, vaginul strângându-se într-un inel; în timp ce. la capătul său. fornixul se dilată într-un dom a cărui boltă ar fi colul.

Astfel, pe prag, femeia se închide pentru a-l reţine pe bărbatul iubit; astfel, în străfundurile ei, femeia se adânceşte pentru a-i face loc, şi astfel se pregăteşte ea pentru a-l primi.

Bărbatul descoperă contracţia muşchilor circulari ai vaginului şi a muşchilor perineului la orificiul de intrare, contracţie care va stimula baza. foarte erogenă, a penisului; şi „balonizarea” forni- xului menită să-l lase să respire, să-i creeze spaţiu glandului dilatat şi congestionat; două fenomene care sunt o admirabilă adaptare a celor două trupuri contopite şi o manifestare a dorinţei-plăcere feminine.

Nimic nu este mai tulburător decât descoperirea faptului că această parte a femeii îşi are propria-i viaţă şi că se mişcă, asemenea unei anemone marine, ancorată în marea-i interioară, care se deschide şi se-nchidc ca o inimă, grefată în adâncurile ei, în sistolă şi diastolă.

Nimic nu este mai uimitor decât să găseşti în ea ceva ce şi ei ii este necunoscut, precum bătăile inimii şi mişcările pupilei sale, dar pe care ea o simte ca pe o dorinţă, o chemare, o nevoie de aOr Orgrd Idn 259

li împlinită. Este trupul ei, în profunzimile sale, trăindu-şi în felul propriu iubirea, dorinţa, chemarea bărbatului, iminenţa orgasmului. I sie în carnea sa, în materie, echivalentul gândurilor sale, al cuvintelor sale: „Te iubesc, te doresc, te sorb, umple-mă, înalţă-mă".

Nimic nu este mai impresionant decât să constaţi că, dacă Icmcia nu are, asemenea bărbatului — în afară —, o triumfală erecţie care cere penetrarea, ea are, în ea insâşi, manifestări la fel de grandioase care o stilizează după imaginea penisului, care sunt negativul erecţiei, care au nevoie de deplină satisfacere. Acest strigăt sublim, imperativ, pe care ea-l poartă în sine, tulburătoarele pregătiri, imperioase, pe care le cuprinde, sunt fastuoase.

Nimic nu este mai tulburător, din punct de vedere erotic şi meta- li/ic, decât să constaţi, prin această mângâiere, că femeia este întru totul făcută pentru bărbat, iar bărbatul, pentru femeie, doar ea şi doar el; să constaţi că acest adevăr nu este doar anatomic, ci şi fiziologic. Hora iubirii, hora vieţii nu-s deloc gata să se oprească, şi cu atât mai puţin umanitatea, umanitate formată din două ireductibile jumătăţi ce se caută mereu pentru efemere contopiri pe care trebuie lări-ncetarc să le ia de la capăt. Feministele radicale şi creatorii de modă vor putea şlefui fese şi sâni pentru o modă unisex, dar nu vor putea niciodată împiedica femeia, în chiar miezul trupului său, să 1 lieme bărbatul, iar acesta să se lase prins.

Însă toate aceste bucurii sunt mai ales mentale. Cât despre bucuriile hedonice pe care le-aduce mâna, ele sunt de o calitate medie, căci degetele, prin neadecvarea configuraţiei, lungimii, gabaritului lor, sunt incapabile să asigure o plăcere valabilă de contact şi cu atât mai puţin de îndestulare; ele nu pot stimula, aşa cum ar trebui. ..ploturile" erogene: punctul G al orificiului vaginal (faţa anterioară) punctele fornixului. Nu pot nici să întindă corect tunica erectilă şi musculară. Totuşi, la anumite femei, impactul psihic este de asemenea natură. încât obţin frumoase juisări şi chiar acmeea.

Mângâierea interiorului vaginului se face cu degetul median, alăturat adesea indexului şi mai rar inelarului. Degetele

întinse realizează un du-te-vino fără să aibă pretenţia de-a imita penisul; apoi, cu falangele îndoite, vârfurile lor ating uşor mucoasa; în sfârşit, această dezmierdare fiind cea mai apreciată, degetele oferă mângâieri circulare, uneori chiar destul de apăsate, ca în masajul ginecologic; fornixul află în ea o deosebită plăcere.

Altă dată, policele va fi cel care va împărţi plăceri; căci volumul său îl face să fie cel mai potrivit pentru acest efect. Femeia fiind întinsă pe spate, vârful degetului este introdus cu pulpa în jos, ceea ce plasează celelalte degete în spaţiul dintre fese, în contact cu anusul pe care îl pot stimula. Acelaşi police poate fi introdus şi cu pulpa în jos, ceea ce aşază celelalte degete în fanta vulvară şi pe clitoris, pe care le pot excita. În ambele cazuri, vârful policelui masează fornixul, dăru- indu-i o indubitabilă fericire.

În timp ce o mână răspândeşte mana plăcerii în adâncuri, cealaltă mână sau gura pot desfăta toate părţile accesibile ale trupului: clitorisul, anusul, sânii, buzele..., ceea ce măreşte plăcerea şi o propulsează la incredibile altitudini. Limba nu poate merge foarte departe în vagin, dar mângâierile ei sunt foarte plăcute: lipăire a orificiului, atingere punctuală — şi, mai ales, a feţei anterioare —, un du-te-vino pe furiş în intrarea adâncului.

Toate acestea aduc o notă de tandreţe în dimineţile ploioase, în sufocantele după-amiezi sau în serile mohorâte petrecute în faţa

televizorului. Şi apoi, în acest Palat, ca la Versailles, există şi zile de mare sărbătoare. Atunci, iubita ii oferă iubitului care-i dăruieşte la rândul său cea mai minunată dintre mângâieri, cea a concavităţii trupului ei convexităţii fiinţei sale. Minunată, căci căuşul cald, onctuos şi suplu este făcut pentru a primi excrescenţa

fierbinte, dulce, rigidă care a fost creată pentru a o umple. Minunată, căci este o mângâiere reciprocă şi simultană. Minunată, căci este cea mai profundă, cea mai fuzionantă.

Capitolul 17

Mângâierea interioară

El este-n ea. Ea-l învăluie. El se mişcă-n ea. Ea-l însoţeşte. Trupurile li se abandonează imperativelor şi maiestuoaselor mişcări, ritmurilor sincrone şi armonioase ale unui talaz lent şi adânc. „Te iubesc", spune un val. „Te iubesc", rosteşte următorul. Ea-i spune lui asemenea. El îi zice şi ei. Iar respiraţiile lor o repetă. Iar ochii lor şi-o jură.

Îşi opresc mişcarea. El o contemplă. În noaptea violină, luna se iveşte dintr-un nor întunecat şi-i luminează goliciunea. Doar câteva ochiuri de-argint aurit, ce-i cuprind gâtul, îi îmbracă trupul atât de feminin, trupu-i fin, trupu-i alungit de care el nu se mai satură, trupu-i de nesecat, trupu-i drag pe care el îl descoperă la nesfârşit, trupu-i flacără, trupu-i felin.

El îşi potriveşte căuşul fierbinte al mâinilor pe umerii fragezi şi cuprinde cu privirea fiecare linie, fiecare rotunjime,

fiecare unghi al feţei iubite. Le cunoaşte cu inima şi sufletul şi le adoră ca la-nceput. Ea, de obicei atât de misterioasă, atât de pudică, îi oferă chipul, îi oferă ochii. Tandreţea îi purifică frumuseţea, iar dorinţa o face gravă. Prin chihlimbarul sclipitor al privirii sale, el o străbate la nesfârşit.
Dr CrardLiko 263

Îşi reiau mişcarea. EI în ea. Ea în jurul lui, cu privirile îngemănate. Se întrepătrund şi prin priviri. Chipul îi este acum transfigurat de plăcere; iar frumuseţea-i este de o altă natură, de pe-o altă lume. Talazul se transformă-n râu de lavă, izbindu-le trupurile, inva- dându-i, moleşindu-i. Şi înainte ca aceasta să nu le aprindă în vâlvătăi minţile, ca să nu moară într-un delir de foc şi aur, ei se opresc.

Se-opresc pentru a asculta. Este minunata clipă în care plăcerea brută vă oferă celuilalt, vi-l oferă pe celălalt. Vârtejul insuportabilei plăceri, beţia unor senzaţii puternice ne răpesc şi ne transformă uneori în nişte singuratici. Iar în această tăcere comună, îşi dau seama de cât de extraordinar este momentul.

El este în femeie, iar femeia îl ţine. În jurul penisului său, simte înăuntrul cald al femeii; se percepe pe deplin în membrul său, a devenit mădular. Adâncul femeii îl ţine, îl strânge, îl apasă, adâncul fascinant al femeii; ii simte arsura, pulsaţiile, încolăcirile; percepe cum propria-i căldură se contopeşte cu a sa, cum vibrează laolaltă, cum tresaltă răspunzându-i; comunică, îşi vorbesc, se schimbă, prin sexele lor împreunate. Căci o simte întreagă în jurul vaginului ei şi în această totalitate el se răspândeşte. Este pe deplin cuibărit în trupul femeii, iar fiinţa-i întreagă se pierde în centrul celuilalt continent.

Ea l-a înşfăcat, înghiţit, nu-i dă drumul. Îi simte incandescenţa şi zvâcnirea; primeşte căldură şi sânge; se simte plină şi vastă. Un soare ce răsare se iveşte în pântecele ei, razele lui o îndepărtează de-ntune- ricul lăuntrului; un arbore, în ea, creşte, străbătând-o de la pelvis până la piept.

S-au alipit unul celuilalt. Formează un tot. „Iubeşte-mă ca să nu mă mai simt singură", imploră ea. Şi îşi reiau calea, împreunându-şi sexele ca două mâini. Mângâierile blânde şi lente le aduc pe buze murmure şi gemete. Uneori, un elan mai înflăcărat, mai profund, ce are nevoie de un loc de o aparte sensibilitate, declanşează un fulger de plăcere şi-i smulge un strigăt.

Apoi, intrerupându-şi din nou paşii, se îmbată cu mozaicul miresmelor ce se-nalţă din trupurile lor; iar el îi admiră

părul, gura, corpul. Şi-i mângâie chipul, sânii, şoldurile. Şi-şi vorbesc, atât de aproape, încât se înţeleg. Şi au spart entitatea, comunică. Şi au deschis „eul" şi, pentru o vreme, au intrat în „noi"; „noi" care este contrariul singurătăţii.

Un nou val ii duce cu sine. El este înăuntrul ei cu membrul, în jurul ei cu mâinile. Ea este în jurul lui cu trupul, cu mâinile. Pământul se cutremură şi iese din eclipsa-i. Ea se cabrează pe solul ce-i fuge de sub şolduri. Iar el îi stă deasupra. Universul se transformă-n Iubire, dăruindu-le un petic de eternitate.

„Mângâierea interioară" este mai degrabă plăcerea care aduce şi nu cea care duce, plăcerea de cursă lungă şi nu plăcerea de-o clipă, plăccrea-soare şi nu cea fulger, dialog, iar nu monolog. Mângâierea interioară este plăcerea în sine ca o dorinţă fără de sfârşit!

Mângâierea interioară este dezmierdarea pe care şi-o dăruiesc unul altuia organele genitale; penisul i-o oferă vaginului, iar acesta i-o întoarce. Nu este vorba despre nişte banale raporturi sexuale, un du-te-vino intens şi expeditiv, un fel de masturbare intravagi- nală în care plăcerea este solitară, fiecare fiind doar pentru sine. Este vorba despre o mângâiere prelungă în care sunt împărtăşite plăcerea şi tandreţea. Este dezmierdarea deplină, căci este cu desăvârşire complementară intre două fiinţe unipolare.

Complementară este pe planul dorinţei: dorinţa feminină este trăită ca o senzaţie de vacuitate şi o nevoie de a fi penetrată; trupul golit aspiră spre îndestulare; este foamea de penis. În schimb, dorinţa masculină este resimţită ca o tensiune ce pulsează, o nevoie imperioasă de a penetra; este foamea de vagin. Mângâierea interioară este punctul de convergenţă a pulsiunilor instinctive ale celor două jumătăţi omeneşti.

Complementară este şi pe planul erotic, deoarece fiecare dăruieşte plăcerea desăvârşitâ, cea a zonei genitale, şi primeşte simultan plăcerea în sfera sa genitală. Fiecare este de două ori activ: donator şi primitor de plăcere. Şi este mai mult decât o simplă însumare de senzaţii, este o multiplicare, asemenea imaginilor din două oglinzi. Este mai mult decât un cerc de voluptate, este o spirală. Complementară este încă
DcGAwtflifcu 265

şi din punct de vedere morfologic: împreunarea poate ajunge atât de departe pentru că anatomia lor diferită ii predispune la contopire, femeia concavă primindu-l pe bărbatul convex.

Vaginul este receptaculul cel mai bine adaptat penisului, asigurând presiunea şi contactul optime. Presiunea se exercită mai ales la nivelul treimii inferioare a adâncului vaginal: prin reţelele vasculare perivaginale care se-adună într-un manşon, prin fibrele musculare circulare şi în ochiuri ale vaginului care zvâcnesc spasmodic şi prin muşchii perineali (ridicător al anusului, constrictor al vulvei) care se contractă şi strâng penisul la bază. Anumite femei — şi, dacă încearcă ile mai multe ori, toate — pot să-şi contracte în mod voluntar aceşti muşchi, întru plăcerea mădularului. În momentul orgasmului, aceşti muşchi se strâng în cadenţă, incitându-l în mod irezistibil.

Contactul şi frecarea se realizează pe întreaga suprafaţă a adâncului vaginal în cele mai bune condiţii: este cald, lubrifiat, elastic, dar tonic. În străfunduri, glandul atinge aşa-numitul *cul-de-sac* posterior, care, extensibil şi onctuos, constituie cel mai delicios dintre obstacole. De fapt, bărbatul are impresia că femeia l-a prins în ea şi-l reţine cu tandreţe.

Penisul este unealta cea mai potrivită pentru vagin, atât prin suprafaţa, cât şi prin forma, volumul, lungimea sa. Frecarea este plăcută din cauza suprafeţei sale netede, calde, lubrifiate şi datorită umflării coroanei glandului ce intră în vibraţie cu striurile peretelui vaginal. Presiunea radială este asigurată de calibrul penisului care dilată cilindrul vaginal: această apăsare, alături de frecări, stimulează zonele erogene ale vaginului, printre altele şi punctul G. Presiunea longitudinală este asigurată de lungimea penisului care apasă asupra fornixului vaginal posterior şi-l lărgeşte; atingerile ferme ale glandului stimulează „ploturile” (termenul îi aparţine lui Zwang) erogene ale domului vaginal, provocând plăcerea femeii şi smulgându-i strigăte şi imnuri.

Plăcerea vaginală se explică prin structura sa; vaginul este constituit din trei tunici concentrice: o tunică profundă formată din fibre elastice, o tunică mediană formată din fibre musculare netede (circulare, longitudinale şi în ochiuri), o tunică internă, „pielea” vaginului, care este un epiteliu fără strat cornos, deşi subţire şi elastic; acesta din urmă cuprinde puţini receptori senzitivi şi nici măcar un corpuscul al voluptăţii, de unde şi

reputaţia de insensibilitate generală şi erotică ale cărei victime sunt vaginul şi colul uterin. În realitate, ele sunt înzestrate cu o sensibilitate generală (tactilă, termică, algică), dar mai mică. Cât despre sensibilitatea erotică, ea este incontestabilă şi compozită:

- sensibilitate erotică superficială: deşi nu arc corpusculi Krause, mucoasa posedă receptori tactili (terminaţii nervoase libere) care trebuie că au o conotaţie erotică; ei sunt dispersaţi pe întreaga suprafaţă şi concentraţi în ploturile fornixului vaginal şi în punctul G; sunt stimulaţi de frecarea penisului.
- sensibilitatea erotică profundă: este sensibilitatea propriocep- tivă a fibrelor musculare şi visceroceptivă a vaselor de sânge ale vaginului; congestia vaselor de sânge — şi mai ales ale plexurilor erectile — şi contracţia fibrelor musculare determină înăuntru o anumită juisare resimţită sub forma unei dorinţe-plăceri. Atunci când penisul pătrunde şi începe să acţioneze, vasele de sânge şi fibrele sunt dilatate şi stimulate: aceasta-i excitaţia-plăcerc. Acolo unde sângele vine din belşug, plăcerea îşi face şi ea apariţia, acolo unde muşchii se contractă, juisarea cuprinde totul.

Aşa cum bine ştim, aceste fenomene vasculare şi musculare se extind la întreaga regiune pelviană şi la întreg pântecele: uterul, ovarele, peritoneul, viscerele intră în transă; apoi, se prind în horă când penisul se dezlănţuie, declanşând pretutindeni unde erotice. În creuzetul supraîncălzit care este trupul femeii, mângâierea membrului transformă sângele în aur.
DrCffardWíu 267

Complementaritatea instinctelor, a organelor şi a plăcerii se împlineşte, în mângâierea interioară, într-o simetrie erotică: ceea ce este bun pentru femeie este bun şi pentru bărbat şi invers. Dorinţei de a penetra şi de a biciui a penisului ii corespunde dorinţa de a lua şi de a inghiţi a vaginului. Această simetrie corespunde unei armonii a mişcărilor, unui sincronism al cadenţelor: este la fel de desăvârşită ca o sonată pentru pian şi violoncel.

Mângâierea interioară este cu atât mai bine apreciată cu cât femeia este mai mult „revelată"; vom vedea în capitolul următor cum se erotizează vaginul; deja, putem afirma că mângâierea interioară este cel mai bun mijloc de a obţine o

crotizare optimă a vaginului, fie că este sau nu însoţită de stimulări clitoridiene.

Bineînţeles, mângâierea interioară nu-şi atinge acel „rinfor- zando” (într-o partitură = întărind sunetul într-un rapid crescendo) decât după un preludiu de tandreţe şi un anumit „crescendo” de penetrări (este contrariul amorului brutal).

Visuri de femei

Femeilor le place să primească penisul şi să-l păstreze adânc în ele, mult timp şi fără ca acesta să se mişte; ele resimt astfel o senzaţie de plenitudine şi de strânsă apropiere. „Îmi place să simt penisul înăuntrul meu şi încă mult timp; trupul îmi este invadat de fantastice unde. Îmi place să-l simt în mine, să-i simt pulsaţiile şi să rămână astfel fără să se mişte. Ce intimitate! Mă simt cel mai aproape de soţul meu atunci când sunt în braţele lui, când penisul lui mă pătrunde, nemişcat.”

Femeilor le mai plac şi mişcările membrului, dar acestea trebuie să fie armonioase şi prelungi. „Mi s-a luat de amorul de tipul «bing-bang şi la revedere»; să faci dragoste înseamnă împreunare la nesfârşit, nemişcat sau mişcându-te.”

Femeile visează la un bărbat care le-ar mângâia interiorul trupului cu penisul: care, în loc de a le „străpunge**, le-ar colinda şi-ar adăsta străbătându-le; care, în loc să „sprinteze”, s-ar plimba ca un îndrăgostit, cu membrul în ele. „Îmi place cum se-mplântă în mine, când superficial, când adânc. E aşa de bine că nu-mi pare deloc rău că n-am avut orgasm.”

Rolul bărbatului

Scopul este prelungirea mângâierii vaginului de către penis şi, prin urmare, pentru bărbat, de a se menţine erect în vagin cât mai mult timp posibil şi de a-şi amâna ejacularea sau chiar de a şi-o refuza câteva zile. Arta mângâierii interioare se află în întregime în stăpânirea plăcerii: partenerii trebuie să rămână la faza excitaţiei numită „în platou”, limita care nu trebuie trecută fiind nu doar „punctul de imposibilă întoarcere”, ci chiar „punctul de dificilă întoarcere”. Din momentul în care el simte că excitaţia i-a ajuns la un nivel mult prea înalt şi, *a fortiori*, senzaţiile preejaculatorii (un fel de fibrilaţii agreabile sau acute resimţite în perineu şi la baza penisului), bărbatul trebuie să-şi întrerupă mişcările şi să-i ceară partenerei să facă la fel.

Ei fac o pauză, soi de mângâiere statică în timpul căreia vaginul şi penisul rămân laolaltă. După câteva clipe, îşi reiau dezmierdarea dinamică. Şi aşa mai departe.

Bărbatul îşi poate diversifica mângâierile. Le poate varia profunzimea: membrul poate să pătrundă mai mult sau mai puţin adânc; când dezmiardă orificiul, când sondează o parte a vaginului, când se aruncă în străfundurile fornixului. Cel mai bine este să alterneze mângâierile superficiale şi mângâierile profunde; ritmul cel bun este cel de o penetrare adâncă la trei, cinci sau nouă penetrări superficiale, acesta din urmă fiind cei preferat.

Of *Cérari Leiev 269*

Bărbatul poate, de asemenea, să diversifice rapiditatea şi forţa mângâierii: fie mişcări lente, tandre, maiestuoase *(largo)* ce trezesc dulci voluptăţi; fie incursiuni destul de rapide, îndeajuns de adânci, regulate (*allegro*) ce întreţin o plăcută beţie; fie adevărate împlân- tări, profunde, ferme, repezi (*presto*) care ţintesc ploturile erogene şi declanşează o plăcere fulgurantă. Toate *tempourile* sunt posibile, este de-ajuns ca bărbatul să se inspire din arta muzicală: *adagio, andante, moderato, scherzo, vivace* etc. *Tempourile* trebuie alternate; cele mai bune alternări sunt de 1—3,1—5 sau 1—9. aceasta din urmă fiind cea mai apreciată.

În sfârşit, amantul poate să diversifice direcţia mângâierii: deplasându-şi bazinul, ii poate conferi glandului traiectorii care vizează diferite feţe ale vaginului: stânga, dreapta, faţa interioară, faţa superioară şi chiar toate faţetele tunelului vaginal. „Toate mişcările pot fi lente, tandre, suple, lipsite de orice tensiune. Ele pot fi chiar întrerupte în orice moment pentru ca plăcerea să capete alte nuanţe" (29).

Aceste descrieri sunt schematice, fiecare îşi urmează inspiraţia, imaginaţia; mângâierea interioară este o operă de artă. Durata totală a unui *conlinuum* amoros nu poate fi normalizată; sigur este însă că trebuie să depăşească infamele durate ale coifurilor obişnuite (potrivit anchetelor, de la cinci la zece minute); o adevărată mângâiere interioară nu poate să se mulţumească cu mai puţin de un sfert de oră *(madrigal)* şi se poate împlini într-o oră sau chiar mai mult *(fugă).*

Cum să controlăm ejacularea? Anumiţi bărbaţi se controlează cu uşurinţă încă de la început, alţii vor trebui să dobândească această capacitate în mod progresiv înainte de a o exercita cu măiestrie. încă de la primele semne preejaculatorii, bărbatul trebuie să înceteze orice mişcare; să-şi retragă penisul la marginea orificiului vaginal, lăsându-i înăuntru doar capătul; dacă toate acestea nu sunt de-ajuns, să respire profund pe nas, umflând abdomenul (cu alte cuvinte, să efectueze o respiraţie abdominală prin coborârea forţată a diafragmului), ceea ce determină o scădere a tensiunii nervoase.

Dacă este necesar, trebuie să reducă sau să elimine excitaţia cerebrală (senzorială, afectivă sau fantasmatică), excitaţie care o exacerbează pe cea pcniană, stăpânindu-şi sau deviind cursul gândurilor sale: să se concentreze cu convingere asupra importanţei noneja- culării în satisfacerea partenerei şi să facă plăcerea să dureze; dacă trebuie, să se gândească la lucruri străine de amor şi chiar aducătoare de tristeţe (inflaţie, impozite, cheltuieli zilnice, şeful de la birou etc.). Este mai bine să se retragă mult prea devreme decât mult prea târziu; progresiv, orice bărbat ajunge să-şi cunoască al său „punct de imposibilă întoarcere".

Pauza este continuarea mângâierii fără mişcare. Aici, senzaţiile sunt la fel de valabile, de o altă calitate, mai interiorizate; iar dialogul, tacit, dar intens, emoţionant, se prelungeşte între trupurile împletite; experienţa senzaţiilor murmurate între căuşul feminin şi convexi- tatea masculină este de neînlocuit. Uneori, fără a-şi mişca trupurile, amanţii îşi dau de ştire: partenera îşi contractă uşor muşchii orifi- ciului vaginal, strângând tandru membrul; partenerul îşi contractă muşchii penieni, ceea ce determină o puternică zguduire. Tandre şi maliţioase manifestări de conivenţă.

De pauze trebuie să profitaţi şi pentru a contempla şi admira chipul şi trupul fiinţei iubite. Şi să staţi la taifas: este o modalitate destui de senzaţională şi atât de complice de a discuta; li puteţi spune cât de mult o apreciaţi şi iubiţi.

În sfârşit şi mai ales, interludiile vor fi folosite pentru a mângâia iubitul(a), trupul, chipul, mâinile, picioarele sale. În anumite poziţii, mâinile sunt libere, iar sensibilitatea lor este mereu mult mai mare, ca şi aceea a întregii suprafeţe cutanate.

Prelungirea excitaţiei genitale — şi, prin urmare, generale şi cerebrale — erotizează într-un mod uimitor pielea: receptivitatea sa şi, invers, „magnetismul” său, „puterea” sa erogenă sunt exacerbate. Mâinile poartă în ele puhoi de mângâieri; ele manifestă o incredibilă foame de pielea celuilalt; ele o dezmiardă cu poftă, cu largheţe şi insistenţă; aviditatea le poate fi satisfăcută chiar şi cu masaje sau frămîntări ale părţilor cărnoase:
Or Girortf Iriru 771
umeri, sâni, şolduri, coapse, pulpe; îndestulate, mâinile se pot deda .11 unei cizelării unor părţi mai delicate — faţă, mameloane — sau t liiar incrustării unor adevărate bijuterii: clitorisul, anusul.

Fiinţa iubită simte înflăcărarea, apetenţa, arsura mâinilor: având «.1 insâşi pielea „excitată”, extrem de sensibilă, înfometată, ferme- «Atoare, el(ea) atrage dezmierdările şi extrage din ele o superlativă (uisare. Eroticitatea trupurilor, în totalitatea lor, atinge un foarte lu.ilt nivel, şi unul, şi celălalt fiind în deplină armonic. Cuplul, înflă- . Arat atât dinăuntru, cât şi din afară, nu mai este decât o torţă în care individualitatea dispare fără de urmă. În toate acestea, există ceva supranatural. înţelegem cum cei din vechime, mai ales orientalii, .111 asociat erotismul şi misticismul; şi de ce autori contemporani, precum Georges Bataille, au realizat o paralelă intre ele. Trebuie sau nu să aibă loc ejacularea? Ea nu este indispensabilă la fiecare apropiere, căci mângâierea interioară oferă, aşa cum vom vedea, foarte mari plăceri. Nu este de dorit de fiecare dată, căci venirea sa creează 1111 reflex condiţionat (coit = ejaculare) care o face de neevitat şi .Mtomată; şi, mai ales, reţinerea ei ameliorează momentele de „după iubire”. Dar atunci când se produce, plăcerea ii este de o nemaipomenită intensitate; iar când femeia o cere, trebuie să i se ofere.

În funcţie de vârstă şi de context, frecvenţa optimă a ejaculării variază: la douăzeci de ani, o ejaculare la patru apropieri, la treizeci, una la şapte, la patruzeci, una la nouă, la cincizeci, una la douăsprezece. Aceste frecvenţe sunt adaptate firilor indivizilor şi împrejurărilor: obosealâ, boală, lungă despărţire etc.

Rolul femeii

Dacă bărbatul se mişcă, femeia poate rămâne nemişcată, concen- trându-se asupra puternicelor ei senzaţii. De asemenea, ea poate să acompanieze, în mod sincron, mişcările partenerului;

dar atunci, trebuie să fie atentă ca însoţirea să nu mărească prea mult excitaţia masculină şi să nu declanşeze ejacularea.

Dacă bărbatul stă nemişcat, femeia poate fi activă prin mişcări lente ale trupului şi ale bazinului care, deplasând vaginul asupra penisului, creează o culisare a tecii pe spadă; sau fără să se mişte, prin strângerea voluntară şi ritmată a orificiului său vaginal. Intrarea vaginului este încercuită de muşchiul constrictor al vulvei (pe care Meignant l-a numit „muşchiul fericirii", pentru că înşfacă mădularul şi, în timpul orgasmului, îi induce ritmul) şi de muşchiul ridicător al anusului. Contractându-şi aceşti muşchi, femeia apasă asupra penisului cu mici lovituri complice, prietenești. De altfel, ea poate învăţa să contracte aceşti muşchi şi în afara coifului pentru a-i conştientiza, pentru a-i întări, a-i face mai capabili de orgasm (antrenamentul lui Gogel).

Pentru ca plăcerea partenerului ei să fie desăvârşită, femeia „va trebui întotdeauna să se străduiască să-şi închidă şi să-şi strângă al său Yoni în aşa fel încât să se muleze *lingant*-ului, dilatându-se şi comprimându-se după bunu-i plac. într-un cuvânt, asemenea lăptă- resei Copola care mulge vaca... Şi-atunci, soţul său o va prefera tuturor femeilor şi nu o va părăsi nici pentru cele mai frumoase regine ale celor trei lumi: atât de nepreţuit este acel Yoni care strânge" (30). Constatăm la hinduşi şi arabi, popoare cu un erotism atât de bogat, că această dezmierdare a femeii este extrem de apreciată.

Dar contemporanii noştri se dovedesc la înălţime: „El se-ntinde pe spate, eu m-aşez asupra lui; fără să mă mişc, îmi strâng vaginul încetişor, apoi mă-nalţ, cobor şi invers. Mă opresc, îl dezmierd unde vreau. Mă uit ţintă în ochii lui. Mai târziu, o iau de la capăt: strâng, mă mişc, mă joc cu el. Juisez. El savurează. Eu sunt cea care face dragoste cu el. îi redau însutit plăcerea pe care mi-a oferit-o."

Bineînţeles, activitatea femeii nu este posibilă decât în situaţiile în care este liberă să se mişte: femeia deasupra partenerului, femeia în genunchi, sprijinindu-se pe coate.

Df Orurdlrifli *jii*

Plăcerea bărbatului

Vorbesc mai întâi despre aceasta pur şi simplu pentru că bărbatul este acela care trebuie adus înspre mângâierea interioară, femeile fiind de la bun început cucerite. Problema crucială constă în a şti dacă mângâierea interioară îi procură

bărbatului o suficientă plăcere sau dacă el este nevoit să se resemneze cu o plăcere mai mică.

Se poate afirma că bărbatul, ieşind din modelul sexual obişnuit, poate să obţină mai multă plăcere şi să-şi extindă posibilităţile erotice. Ejacularea este un punct culminant al plăcerii, dar nu este singura plăcere; orgasmul a fost supraevaluat şi a umbrit toţi arborii pădurii plăcerii; imperativul ei transformă amorul într-o cursă, deşi ar trebui să fie un joc. Pentru a-l obţine, bărbatul se dezlănţuie ca >i cum ar voi să termine odată cu el. Prin mângâierea interioară, bărbatul se transformă dintr-un mâncău într-un rafinat, dintr-un beţiv într-un degustător.

Plăcerea masculină comportă trei etape succesive: plăcerea-do- rinţă, preorgasmul şi orgasmul.

Plâcerea-dorinţă se situează în timpul fazei de excitaţie; este i rescândă; în cadrul ei, putem analiza patru componente: pe de o parte, plăcerea acută a frecării mucoasei glandului pe tunica vagi- nală (sensibilitate superficială); pe de altă parte, plăcerea stringentă a tensiunii penisului datorată congestiei vaselor de sânge (sensibilitate proprioceptivă); la acestea se adaugă plăcerea agreabilei tensiuni .1 întregului corp, unii dintre muşchi fiind încordaţi, iar sistemul cardiovascular, sub tensiune; în sfârşit, se alătură şi beţia creierului, farmecul discret al dorinţei. Se pare că, în creier şi în sânge, îşi fac apariţia nişte mediatori chimici ai plăcerii erotice, alcoolii dorinţei.

Voluptatea provine din dorinţa-plăcere a fazei de excitaţie, a cărei durată se prelungeşte şi a cărei intensitate creşte. Plăcerea constă în augmentarea excitaţiei şi menţinerea ei la un înalt nivel continuu; în controlarea evoluţiei în aşa fel, încât să se evite scurtarea ei printr-o acmee finală. Juisarea înseamnă să păstrezi minunata tensiune a dorinţei, să o faci să crească fără să o reduci pe neaşteptate printr-o destindere ejaculatorie care i-ar pune capăt. Înălţarea spre orgasm este o delicioasă plăcere care ar putea fi apreciată şi prelungită dacă n-ar escamota-o imperioasa necesitate a unei cât mai rapide eliberări. Deliciile acestei voluptăţi paşnice sunt mult mai imbătătoare şi infinit mai variate decât scurta explozie ejaculatorie.

Plăcerea aduce o destindere psihosomatică satisfăcătoare şi nu trebuie să ne temem de fenomene patologice precum acelea descrise de Reich. De altfel, iată ce spune acest autor despre faza de excitaţie: „După mărturisirile concordante, făcute de bărbaţi şi

femei potenţi, senzaţiile de plăcere sunt cu atât mai puternice, cu cât mai lente şi mai line sunt fricţiunile şi cu cât mai bine se acordă ei unul cu celălalt. Aceasta presupune însă în mare măsură capacitatea de identificare cu partenerul"*[5].

Bărbaţii, pentru care abandonul înseamnă feminitate, sunt întotdeauna bolnavi din punct de vedere orgasmic. În această fază, întreruperea frecării este ca însăşi agreabilă. Ea este datorată senzaţiilor aparte de plăcere care apar atunci când partenerii se odihnesc, întreruperea poate să se realizeze fără efort mental. Ea prelungeşte actul sexual. Atunci când partenerii se odihnesc, excitaţia descreşte puţin, fără să dispară complet... Întreruperea actului sexual prin retragerea penisului nu este, din punct de vedere funcţional, dezagreabilă.

Numesc „preorgasm" o plăcere puternică, asemănătoare ca intensitate şi calitate orgasmului, pe care bărbatul o resimte în stadiul superior al excitaţiei sale. Acesta corespunde, pe diagrama plăcerii, fazei A reversibile — de contracţie involuntară a tuturor muşchilor orgasmului, mai ales a veziculelor seminale.

Este o culme a plăcerii preejaculatorii; spre deosebire de orgasm, poate apărea de mai multe ori. Nu este urmat de vreo perioadă refractară, adică de o mai mică sensibilitate a organelor genitale şi

13 Wilhdm Reich. fum Jia *orgasmului*, traducere de Aurdian Cojocea fi Rdncr Wilhdm. Editura Trei. Bucureţti. >997. p. 40. *(N.I)*

Or. Ororı Î*u m

de o pierdere a dorinţei. Poate că este un orgasm fără ejaculare. Ştim că orgasmul poate exista şi fără ejaculare; acesta este cazul copiilor, .1 celor care au suferit o operaţie de vasectomie. După părerea mea, prcorgasmul nu este un orgasm fără de ejaculare, căci plăcerea este, În acest caz, mai puţin cotropitoare. Preorgasmul este altceva care îşi ar«- propria existenţă.

Orgasmul se află, dacă pot spune astfel, la îndemâna tuturor madularelor; dar atunci când survine la un bărbat care practică mângâierea interioară, el este de o intensitate fantastică.

Plăcerea femeii

Femeia este făcută pentru mângâierea interioară. Deja, *Ananga Kanga* sublinia: „Dorinţele femeii deşteptându-se mai lent decât cele ale bărbatului, o singură împreunare de-abia dacă o poate satisface; mai slabele sale capacităţi de excitare cer cu stăruinţă îmbrăţişări l>relungi..., dar, la al doilea act, pasiunile îi

sunt de-a dreptul dezlănţuite, orgasmul îi este mai violent şi este pe deplin satisfă- * ută. Această stare de fapt este tocmai contrariul a ceea ce se petrece m bărbat: într-adevăr, acesta, deşi e numai foc şi pară în timpul primului act, se răceşte în cel de-al doilea şi lâncezeşte mai apoi fără chef în cel de-al treilea".

Mai departe, citim: „Dacă orgasmul venerian al femeii nu-l precede în mod expres pe cel al bărbatului, împreunarea va fi fost vană... De aici, rezultă că una dintre principalele îndatoriri ale bărbatului, în această viaţă, este să înveţe să se reţină cât mai mult posibil..." Plăcerea femeii este, prin urmare, dublă: mai întâi plăcerea-dorinţă, apoi paroxismul.

În sine, excitaţia crescândă şi dorinţa din ce în ce mai mare sunt, în cazul bărbatului, nişte plăceri supreme, aşa cum am arătat. I'relungirea stimulării este cu atât mai importantă la femeie cu cât ea se excită mai greu. Iar plăcerea-excitaţie este, pentru cele care nu cunosc încă orgasmul, o remarcabilă compensaţie, un uluitor mijloc de a cunoaşte plăcerea şi destinderea.

Mângâierea interioară este singura modalitate de a o duce spre orgasm vaginal pe femeia care încă nu a ajuns până acolo. Din raport în raport, ea-şi erotizează progresiv vaginul (pentru a-l erotiza încă şi mai mult, vom putea să-i asociem o stimulare clitoridiană, despre care vom mai vorbi); în timpul aceluiaşi act, ea este aceea care determină creşterea excitaţiei până în pragul orgasmului.

Mângâierea interioară corectează disimetría erotică, motiv al decepţiilor feminine: la bărbat, nevoia de coit este instantanee, iar orgasmul i se declanşează printr-o frecare a membrului de »—3 minute; fapt care-l predispune unor raporturi rapide. La femeie, procesul este mai lent, orgasmul fiind atins, în cele mai bune condiţii, în mai mult de opt minute.

Mary Sherley a afirmat că femeia are nişte posibilităţi orgasmice superioare celor ale bărbatului, dar că nu şi le poate realiza din cauza scurtimii raporturilor, de vină fiind bărbatul. Feministele declară, iar sexologii confirmă, că frigiditatea este cel mai adesea o pseu- dofrigiditate cauzată de incapacitatea bărbatului de a avea nişte raporturi prelungite. Toţi autorii sunt de aceeaşi părere, iar statisticile, elocvente: între mângâiere şi obţinerea orgasmului, există o proporţionalitate: cu cât dezmierdările preliminare durează mai mult timp, cu atât

orgasmul intervine mai frecvent. Cu cât actul — adică mângâierea interioară — este mai îndelungat, cu atât orgasmul apare mai des.

Dacă raportul durează prea puţin, femeia nu are nici satisfacţia plăcerii-mângâiere, nici fericirea orgasmului. Ea se simte jignită pentru că a fost utilizată ca o simplă unealtă de eliberare şi profund rănită pentru că a fost privată de propria-i plăcere. La început frustrată, ea se revoltă, furioasă şi înlăcrimată. Mai apoi, se resemnează, dar

absenţa unei împliniri
sexuale ii compromite
echilibrul psihoso-
matic şi de cuplu

Mângâierea interioară permite uneori orgasmul simultan al femeii şi bărbatului: bărbatul care îşi stăpâneşte ejacularea o eliberează numai în momentul în care simte că partenera este gata să se- nalţe. Ceea ce nu trebuie să fie un scop obsesiv, ci o experienţă nemaipomenită: este visul împlinit ai contopirii emoţionale, urmat ile o nirvana comună; a fi împreună în cea mai mare dintre plăceri şi în cea mai mare dintre seninătăţi.Capitolul 18 **Spre o armonie a contopiri**

Cuplurile care practică mângâierea interioară obţin o apropiere optimă şi o plenitudine a plăcerii. Calitatea împreunării este intru

iotul specială. Cu sau fără orgasm, actul prelungit induce o intensă participare afectivă şi o îndubitabilă conotaţie poetică şi metafizică. Amanţii, cufundaţi într-o baie de tandreţe, căldură şi delicii, trăiesc o comunicare apropiată de fuziune. Această comunicare se revarsă asupra întregii omeniri; se simt mai buni şi solidari cu toate fiinţele, iubind într-un fel de tandreţe universală. Ea se răsfrânge şi asupra universului; căci iau parte la grandoarea şi frumuseţea naturii şi a vieţii.

În timp ce femeia iubită se contopeşte cu dvs., nu simţiţi oare că trăiţi asemenea copacilor la venirea primăverii când seva ii străbate, asemenea păsărilor care cântă atunci când soarele le dăruieşte o nouă zi? Şi-n aceste clipe, nu vă uluieşte scânteierea unui lac în miezul zilei? Extazul amoros transcende eul şi le conferă fiinţelor o altă dimensiune.

Cât de departe suntem de masturbarea în doi (a bărbatului în femeie sau a femeii cu bărbatul) sau de cea a individului singur! Aceste solitare atingeri, aceste spasme egoiste, roade ale unor mişcări mecanice, nu vizează decât organul sexual.

Căci din mângâierea interioară se nasc din ce în ce mai multe dezmierdări. Slobozind mâinile (şi sufletul), ea permite mângâieri simultane dăruite întregului trup, mai ales în timpul pauzelor, mângâieri ale primului, ale celui de-al doilea şi de-al treilea cerc. Clitorisul poate fi atunci uşor dezmierdat, ceea ce întăţeşte plăcerea şi contribuie la o mai bună erotizare a vaginului. Dar sunt posibile mai ales mângâierile tuturor suprafeţelor cutanate accesibile, ceea ce face ca întreaga piele să ia parte la înflăcărarea erotică; şi cu atât mai mult cu cât stimularea prelungită prin interpenetrare persistentă a penisului şi vaginului o răvăşeşte.

Partenerii se pierd în toate nuanţele artei dezmierdărilor, fără să uite nimic, nici chipul, nici picioarele, nici mâinile şi cu atât mai puţin sânii. Gura însăşi îşi dăruieşte mângâierile gurii şi sânilor. Posibilităţile le sunt nelimitate. Căci timpul le aparţine.

Eflorescenţa senzualităţii

Mângâierea interioară permite o deplină apreciere a sensibilităţii tuturor simţurilor. Atunci când mintea este

obnubilată de orgasm, ea scotomizează celelalte senzaţii. Aici, conştiinţa este liberă, disponibilă, iar ceasul nu mai măsoară clipele. Cum tocmai am spus, cel care iubeşte se bucură de atingere, dar şi de capacitatea-i de a vedea, de a auzi şi a mirosi, toate simţurile care nu participau — sau o făceau doar pe furiş — la îmbrăţişări, la schimburi.

Prin văz, el(ea) redescoperă de fiecare dată părul, ochii, chipul şi corpul fiinţei iubite. Iar privirile lor au multe să-şi spună.

El(ea)
Dr.CfortfUtoi 281
va fi numai urechi, el(ea) va auzi cuvintele, imnurile, gemetele iubitului(ei) sale.

Prin miros, el(ea) surprinde şi se-mbată de ale sale o mie şi una de miresme: fermecătorul parfum al părului celuilalt, al pielii, al transpiraţiei sale; izul respiraţiei sale, aromele sexului său. Beţiei acestor mirosuri naturale, femeia adaugă miresmele îmbătătoare ale loţiunilor, cremelor, fardurilor, rujurilor, săpunurilor şi vraja parfu- murilor. Trupul unei femei este o simfonie olfactivă. Iar fiecare femeie îşi are propria operă. Dar şi bărbatul, prin mirosurile sale, irebuie să-şi farmece iubita.

Contopiţi unul cu celălalt, cu membrele încolăcite, învăluiţi de miresmele propriilor trupuri, cu mâinile împreunate, privire în privire, legaţi prin cuvinte, ei comunică pe deplin. Cât de departe suntem de iubirea „bing-bang”!

Mângâierea interioară asigură permanenţa dorinţei şi a iubirii prin absenţa fazei refractare masculine. După orgasm şi ejaculare, bărbatul trece printr-o fază refractară; sensibilitatea-i eroticã scade, puterca-i erectilă se prăbuşeşte, dorinţa-i îndestulată a ajuns la capăt; uneori, îl cuprind o anumită tristeţe şi o evidentă oboseală. Mulţi se-adâncesc într-un somn adânc. Dacă rămâne treaz, este mai puţin iubitor, dezinteresat, distant. Momentele de „după iubire” sunt adesea pline de singurătate pentru femeie; şi de-a dreptul pline de suferinţă atunci când n-a fost satisfăcută, simţindu-se abandonată, trădată.

Prin mângâierea interioară, femeia cunoaşte plinătatea: în timpul împreunării, a resimţit mii de plăceri; după, bucuria-i

persistă, căci iubitul ei rămâne plin de dorinţă, de tandreţe, de vitalitate. Iar dacă ea o voieşte, el o poate avea din nou, potolindu-i setea atât de feminină de alte orgasme.

Dacă mângâierea interioară ar fi fost descoperită de îndepărtaţii noştri strămoşi, femeia, fiinţă multiorgasmică (insaţiabilă, devoratoare de bărbaţi şi, potrivit acestora, factor perturbator al societăţilor şi familiilor), nu i-ar ti înspăimântat; iar sexualitatea sa nu ar ii fost reprimată aşa cum a fost vreme de milenii. Mângâierea interioară, permiţând nesfârşite raporturi ca durată şi număr, crecază armonia cuplului şi armonia lumii.

Mai mult, această dorinţă şi această tandreţe durează zi de zi, totdeauna. Femeia arc, alături sau la picioare, un bărbat curtenitor, dorind-o mereu, deci îndrăgostit. Este bine ca bărbatul să nu fie niciodată pe deplin satisfăcut; unii cinici afirmă că iubirea nu este decât dorinţa travestită şi că dorinţa, această tensiune a întregii fiinţe, nu este decât presiunea spermei în veziculele seminale; ceea ce nu-i foarte romantic. În orice caz, este adevărat — o lege a vieţii spune că este mai bine să aţâţi decât să împlineşti dorinţa. În general, libidoul. în sensul de pulsiune sexuală, creşte în abstinenţă (relativă); mulţi artişti (pictori, poeţi etc.) nu pot crea, striga decât de dorinţă inspiraţi, decât dacă iubita ii evită.

Acestor avantaje esenţiale ale mângâierii interioare se adaugă şi câteva avantaje practice. Pe de o parte, este compatibilă cu stările de mai mică rezistenţă; un bărbat obosit, bolnav sau în vârstă poate să practice amorul fără să se teamă pentru sănătatea sa; el îşi drămuieşte mângâierile, mulţumind-o totuşi pe femeie. Pe de altă parte, ea poate fi un mijloc contraceptiv atunci când este asociată cu metoda calendarului; prin urmare, evită intoxicarea cu hormonii oestroprogestativi.

Un cer fără de nori

Obiecţiile care pot fi aduse împotriva mângâierii interioare nu ţin de analiză. Afirmaţia că ejacularea este indispensabilă orgasmului feminin este o minciună. Ejacularea nu declanşează seismul femeii. De altfel, oare femeia nu-şi dăruieşte orgasme clitoridiene sau vaginale în lipsa bărbatului? Este posibil

ca anumite femei să simtă în mod agreabil ţâşnirea spermei calde şi puternice şi să le placă dezlănţuirea

orgasmului masculin. Acestea nu-şi pierd plăcerea, căci ejacularea nu este proscrisă; dar ele învaţă repede că senzaţiile agreabile şi nelimitate şi accesul la orgasm pe care-l oferă mângâierea interioară sunt avantaje superioare.

Este, de asemenea, greşit să se creadă că femeia are nevoie de ejaculare ca dovadă a irezistibilului său farmec şi a puterii sale erotice. O femeie îşi va judeca feminitatea după irezistibila dorinţă pe care o provoacă: pentru a se simţi pe deplin feminină, trebuie să-l facă pe bărbat să-şi piardă controlul. Dar, vai!, bărbatul poate ejacula în câteva clipe în braţele vreunei ciume sau în căuşul propriei sale mâini. Dimpotrivă, oferindu-i unei femei plăcerea supremă, el îi dăruieşte o mai mare dovadă de adoraţie decât dacă s-ar lăsa în voia dorinţei.

Absenţa ejaculării nu provoacă tulburări de implozie dacă cei doi parteneri au înţeles aşa cum trebuie mângâierea interioară.

Dacă se-ajunge prea departe pe platoul (panta) de excitaţie, până la atingerea „punctului de dificilă întoarcere”, dar fără a se merge până la explozie, intumescenţa se „absoarbe”, face „implozie” şi cauzează unele stări de rău. Plăcerea pe care o oferă congestia se transformă în neplăcere şi chiar durere, fericitele contracţii musculare devin crispări, exaltarea nervoasă şi psihică capătă forma unei penibile tensiuni; energia care nu a fost eliberată se anihilează.

Dintr-odată, subiecţii pot deveni irascibili, agitaţi sau pot cădea într-o stare de prostraţie. Pe termen lung, se instalează o congestie a organelor pelviene; la femeie: congestia uterului, a trompelor, a ovarelor, a vezicii care se traduc prin dureri, false salpingite, false cistite, ca de fiecare dată când femeia rămâne nesatisfăcută. La bărbat: congestia prostatei, a testiculelor duce la o serie de tulburări ale micţiunii; în mod excepţional, se produce o ejaculare retrogradă, sperma urcând în vezică. Atât la bărbat, cât şi la femeie se instalează tulburări ale dispoziţiei şi maladii psihosomatice.

În realitate, în mângâierea interioară bine înţeleasă, nimic din toate acestea nu se întâmplă. Bărbatul se poate sustrage acestor rele acordându-şi câteva ejaculări de decompresiune atunci când vrea; mai mult, stăpânirea mângâierii interioare pe care o dobândeşte îi permite să ştie cât de departe să meargă. Dimpotrivă, îşi vede membrul crescând în dimensiune şi putere, iar juisarea-i pelviană şi generală se măreşte.

Cât despre femeie, ea nu suferă de niciuna dintre aceste stări pline de neplăcere dacă iubitul ei posedă arta şi stăpânirea mângâierii interioare; fiecare le poate dobândi. Desigur, dacă mângâierea interioară nu este dăruită aşa cum trebuie, nu îndeajuns de mult timp sau cu prea puţină stăpânire de sine, lăsând să survină o ejaculare neaşteptată, ea o poate lăsa pe femeie în pragul crizei» într-o penibilă insatisfacţie.

Iată de ce mângâierea interioară trebuie întotdeauna să se realizeze cu acordul ambilor parteneri. Iar dacă femeia nu a aflat plăcerea şi o destindere suficientă, bărbatul trebuie să risipească adevărate comori de dezmierdări şi tandreţe pentru a o consola; şi să ia parte, dacă este necesar, la o „recuperare clitoridiană".

Mângâierea interioară este o modalitate de contopire a bărbatului şi femeii care a existat, cu alte nuanţe, prin alte locuri şi-n alte vremuri. Şi este bine să ne interesăm de aceste diverse feluri de a iubi nu din dorinţa de ezoterism sau exotism, ci pentru că în ele aflăm o transcendenţă şi o poetică pe care Occidentul nu le are, Occidentul mecanizat de gândirea scientistă, degradat de materialism şi asexuat de religia iudeo-creştină. Prin acele locuri, în acele vremuri, spiritul era viu, chiar şi-n materie de senzualitate.

Taoismul

Taoismul este o filosofie religioasă care-a apărut în China, cu mii de ani înainte de Iisus Hristos. Tao este nesfârşita energie a naturii, izvorul oricărei vieţi, elanul vital. În univers, fiinţele umane sunt

făpturi fragile. Pentru a trăi şi încă pentru mult timp), omul trebuie să fie în armonie cu Tao. Filosofia taoismului este aceea de a dura; legile sale sunt precepte de prudenţă; prin urmare,

taoismul este înţelepciune, cruţare de sine. Dar este şi o nemărginită iubire pentru Univers şi pentru tot ceea ce trăieşte în el.

Într-o minunată lucrare (31), Jolan Chang a arătat cum concepe taoismul relaţiile dintre femeie şi bărbat: el consideră actul sexual ca o parte a ordinii naturii, iar scopul său este acela de a realiza armonia dintre *yin* (principiul feminin) şi *yang* (principiul masculin). Prin actul sexual armonios, elementul feminin, care îşi are originea în Pământ, şi elementul masculin, provenit din Cer, se contopesc într-un Tot. Această deplină unitate le aduce fiinţelor o pace interioară, o seninătate şi ii face să ia parte la infinita energic a naturii.

Invers, lipsa contopirii şi armonici duce la violenţă, ură, lăcomie, nevoia de putere şi ceea ce determină aceasta: războaie, distrugere, droguri, sinucideri şi alte rele. „Aproape orice distrugere şi autodistrugere, orice ură şi suferinţă, orice lăcomie şi orice spirit de posesiune se nasc dintr-o lipsă disperată de iubire şi de contact sexual. Şi nu există vreo soluţie posibilă pentru nicio problemă fără o abordare sănătoasă a iubirii şi a sexualităţii.”

Constatăm că taoiştii afirmau, acum sute de ani, ceea ce Freud a enunţat la începutul acestui secol: mai precis că sănătatea mentală este legată de o viaţă sexuală satisfăcătoare şi că orice nevroză determină apariţia unor perturbări sexuale.

Pentru a obţine armonia dintre *yin* şi *yang*, taoismul fundamentează relaţiile pe câteva principii:

- amanţii sunt destinşi, naturali, fără artificii, pentru a lua parte la energia nesfârşită;
- în timpul apropierilor, senzualitatea trebuie să vizeze întregul trup, prin rafinamentul dezmierdărilor şi al săruturilor;
- apropierile trebuie să fie frecvente: o dată sau de două ori pe zi;
- apropierile trebuie să dureze foarte mult;
- ejacularea trebuie să aibă loc rar;
- orgasmul femeii este un scop sacru; în aceste condiţii, el se obţine cu uşurinţă.

Amorul taoist a fost practicat mai mult de două mii de ani în China antică fără ca progenitura să aibă de suferit, fără ca la nivelul sănătăţii fizice a rasei să se înregistreze vreo perturbare. Absenţa oricărei culpabilizări a sexualităţii şi, prin urmare, a vreunei represiuni a făcut ca Yiaţa sexuală să fie sănătoasă. Accastă civilizaţie a fost scutită de perversiunile sau aberaţiile de tipul celor pe care le găsim în Occident (fetişism, sadism, masochism etc.).

Raporturile prelungite, aşa cum atrăgeau atenţia taoiştii, permit armonia intre cele două naturi diferite: femeia, de esenţă *yin*, este mai rezistentă, mai calmă, forţele i se dezlănţuie mai greu, iar eforturile îi sunt mai îndelungate; sexualitatea sa este mai înceată, dar mai persistentă. Bărbatul, de esenţă *yang*, este mai puţin robust, mai activ, mai prompt, eforturile-i durează mai puţin; sexualitatea
i se aprinde instantaneu într-o vâlvătaic, dar scade repede. Aceste diferenţe dintre cele două sexe sunt în detrimentul femeii, pe care relaţiile sexuale prea scurte nu o mulţumesc.

Arta taoistă de a iubi îi aduce femeii delicii mai mari şi plăceri mai profunde. Şi ii permite bărbatului să o satisfacă pe deplin; femeia este mai puternică decât bărbatul prin constituţia sa, iar bărbatul mai fragil este încă şi mai slăbit din cauza nevoilor femeii. Dacă sămânţa
ii este prea des răspândită, risipită, el se epuizează. Raporturile care durează mai mult timp o satisfac pe femeie, iar ejaculările rare îl cruţă pe bărbat. Regăsim aici principiul de economie a forţelor al acestei filosofii.

Este remarcabil să constatăm cum a soluţionat Orientul problemele disimetriei feminine şi masculine; în timp ce Occidentul nu a făcut decât să-i opună pretinsei insaţiabilităţi feminine o represiune atât a femeii, cât şi a sexualităţii.

Bărbatul obţine şi alte avantaje din reţinerea ejaculării: un trup intărit, o sănătate solidă, un auz mai fin, un văz mai pătrunzător, o minte înveselită, o mai mare longevitate.

Frecvenţa ejaculării depinde de vârstă, de anotimp, de temperament, de starea fizică; pentru un raport sexual cotidian, ea este de ordinul unei ejaculări o dată la patru—treizeci de zile. În realitate, o frecvenţă optimă este cea care menţine exaltarea de a trăi. Pentru unii maeştri, ejacularea s-ar putea produce numai o dată la o sută de raporturi sau chiar niciodată; astfel, ci ajung la o treaptă superioară de spiritualitate.

Prin taoism, bărbatul şi femeia obţin armonia dintre *yitt* şi *yang* şi fiecare beneficiază pe deplin de esenţa celuilalt. Bineînţeles, scientiştii zâmbesc superior auzind toate acestea. Şi dacă ar practica astfel amorul, ar vorbi, pentru a explica acordul şi schimbul dintre cele două fiinţe, despre fenomene electrice, chimice şi osmotice. Dar eu nu cred că am putea reduce euforia şi completitudinea acestor momente la nişte simple fenomene ştiinţifice. Aici există nişte extraordinare profunzimi.

Tantrismul

Numim *Tantra* un tratat religios care are forma unui dialog intre un zeu şi o zeiţă. Tantrismul este o metafizică din India (brahma- nismul) şi China (budismul). Ea se axează pe concepţia lui Shiva,

zeu unic cu doi poli şi două chipuri: imuabilul Masculin şi eternul Feminin sau Shakti; ca vizează sublimarea polului feminin din sufletul masculin şi a polului masculin din sufletul feminin

.Tantrismul se bazează pe dualitatea fiinţelor. În femeie, există doi poli dinamici: instinctul sexual şi partea masculină sau virilitatea interioară. Un psihanalist. lung, va relua la începutul secolului al XX-lea această idee de bipolaritate a fiinţelor. El va numi *animus* partea masculină inconştientă, forţa virilă inconştientă a femeii. În bărbat, există doi poli dinamici: instinctul sexual şi partea feminină, feminitatea interioară. Jung va numi *anima* partea feminină a inconştientului bărbatului.

Tantrismul încearcă să se folosească tocmai de această bipolaritate. în cazul femeii, scopul său este de a-i mări, de a-i împlini *animus-vl* şi de a o metamorfoza într-un bărbat interior, fără trup, un fel de entitate fluidă masculină care dublează forţa erotică a eului. În cazul bărbatului, ţinta tantrismul ui este de a-i creşte, de a-i împlini *anima* şi de a-l transforma într-o femeie interioară, fără trup, care să contrabalanseze forţa sexuală a eului. Jung afirmă că, pentru a evolua, trebuie să ne acceptăm

o/iimu5-ul şi *anima* şi să le dezvoltăm. Invers, eclipsarea lor duce la nevroze.

Erotica tantrică este o „etică, sau artă de a trăi, a cărei ţintă este sublimarea prin arta dorinţei erotice" (32); ea cuprinde acceptarea polilor, nunţile alchimice, împreunarea, introversiunea erotică şi transmutaţia.

Pentru a ne echilibra fiinţa (şi a ne armoniza cuplul), trebuie ca femeia să-şi accepte polul masculin, iar bărbatul, polul feminin, pentru a le opune pulsiunii sexuale. Dacă polul feminin se atrofiază în bărbat, apare erotomania; dacă se hipertrofiază, se iveşte homosexualitatea. La fel se-ntâmplă şi-n cazul femeii cu polul ei masculin. Nunţile alchimice sunt „fuziune, dar fără confuzie între *anima* şi eul masculin sau *animus* şi eul feminin". Sunt o căsătorie, într-o sexualitate ce depăşeşte realul, între bărbat şi femeia sa interioară sau intre femeie şi bărbatul său interior.

Pentru a-şi dezvolta *anima* — bărbatul — şi *animus-ul* — femeia —, fiinţele umane vor face apel la cuplu. De pildă, bărbatul, pentru a-şi mări *anima* într-atât încât aceasta să devină o femeie fără trup, „nu va avea alte mijloace decât de a o contempla... într-o oglindă; în acest cop, el va apela la omologul acestei *anima,* femeia exterioară. Cu alte cuvinte, el îşi va proiecta feminitatea inconştientă

asupra partenerei alese..., iar femeia, folosindu-se de capacităţile-i de médium..., va capta reflecţia *animei* şi o va ilustra". Acelaşi lucru este valabil şi pentru femeie. Tantrika se va-nălţa până la divinitate sprijinindu-se pe sexul interior opus; iar partenera — partenerul — îi va fi oglindă. în cadrul tantrismului, cuplul se întemeiază pe imitarea dualităţii divine Shiva care asociază imuabilul Masculin şi eternul Feminin.

Iar actul sexual trebuie să fie lent pentru că este suport al unui metabolism deloc grăbit, al unui schimb între *anima* şi femeie şi *animus* şi bărbat. Prin această îngemănare progresivă, tantrika socoteşte că perechea va forma încetul cu încetul un „tulku"; acesta este forţa cosmică supremă care formează cuplul contopit într-o unitate. Dar această unitate este, într-o oarecare

măsură, un „menaj în patru", o piesă ce se interpretează la patru mâini, din moment ce este coexistenţa sau, mai bine chiar, acordul între bărbat şi *anima* sa şi femeie şi *animus*-ul său.

Cuplul atinge o culme a plăcerii, numită beţie dionisiacă. „Juisarea erotică şi chiar spasmul nu rezidă tocmai în organele sexuale sau în celelalte puncte erogene ale corpului, ci în energia sau fluidul erotic care le scaldă, ca şi cum acest curent plin de vibraţii ar fi viu şi sensibil." În tantrism, nu există aproape niciodată nici ejaculare, nici orgasm fiziologic.

Prin interiorizarea dorinţei, energia orgasmului care nu se risipeşte se întoarce în fiinţă şi se introverteşte. „Concentrându-se în timpul actului, bărbatul va face ca organclc-i sexuale să se-mpovă- reze de un enorm potenţial de flux nervos care le va întări."

Introversiunea îl feminizează pe bărbat şi o masculinizează pe femeie, dar în niciun caz în detrimentul propriei lor naturi; bărbatul masculin prin sexul său a devenit feminin în mintea sa, iar femeia feminină prin sexul său a devenit masculină în mintea sa.

Actul de a face dragoste, de obicei şi mai ales în Occident, are ca finalitate orgasmul; actul este, prin urmare, regizat de egoism şi impus prin voinţă, fiind juxtapunerea a două căutări egoiste şi voluntariste a unei plăceri maxime. Extazul este o scurtă pierdere a conştiinţei, solidară şi terminală. În niciun moment al căutării, mentalul nu se poate relaxa, energia sexuală fiind blocată.

tn actul de iubire oriental, bărbatul şi femeia abandonează orice voinţă de orgasm şi, făcând abstracţie de propriul eu, se lasă călăuziţi spre împlinirea firească a contopirii. Atunci, toate schimburile de energie magnetică se fac în mod liber, iar energia sexuală se poate transforma. Fiinţele, descătuşate de acţiunea voinţei, pătrund într-o arie contemplativă unde senzaţiile nu se mai mărginesc doar la organele sexuale, ci se extind la întreg trupul şi chiar dincolo, la spaţiul în totalitate. Ele devin nişte receptaculi ai mişcării universale în care corpul lor se va pierde; devin nişte manifestări ale Totalităţii prin intermediul celor două unelte cosmice: trupurile.

Şi atunci, iubirea nu se mai mărgineşte doar la sine şi la trupul celuilalt, ci este vibraţie la unison cu lumea; fiinţa devine asemenea mişcării fundamentale a lumii. Este beţie, fericire deplină, extaz infinit, înainte de orgasm, fără orgasm.

Iniţiaţii pot chiar să obţină fuziunea sexuală cosmică împreu- nându-se în postura numită „Maithuna"; femeia şi bărbatul stau faţă în faţă, aşezaţi în lotus, cu pubiscle lipite, bărbatul fiind în femeie; nu fac niciun fel de mişcare voluntară; fericirea vine din ea însăşi. În acest fel sau într-altul, „cuplul divin, reunit în armonia totală, este atunci înălţat prin iluminare. Amândoi pătrund în Nirvana... Această supremă împlinire este însăşi eternitatea strecurată în miezul fiinţei umane" (33).

Erotica trubadurilor

În civilizaţiile occitane, a înflorit, în secolul al XIII-lea, „cultul Doamnei" şi al „eternului feminin". Era o ascezăapropiată de tantrism în care erotismul, înţeles ca o forţă, este de natură cosmică şi noninstinctivă.

în relaţiile cu Doamna, erau diferenţiate patru etape:

- *assag:* întâlnirea şi uluirea;
- îndrăgostirea: perioada în care trubadurul, singur, îşi trăieşte în gând iubirea, dorinţa;
- *joi:* apropierea celor doi iubiţi, contopiţi într-o mare de erotism, dar fără contact; juisarea erotică işi are substanţa într-o bucurie extatică;
- *fin-amors:* unirea. Sunt întinşi, goi, unul lângă celălalt; el o dezmiardă cu privirea, cu mâinile, cu buzele („stăpânirea de ultimă clipă"). Apoi, ei se pot împreuna, dar fără să acceadă niciodată la spasm.

Dorinţa extrem de subtilă este un scop în sine, este esenţa însăşi a senzualităţii. Actul se anulează pe plan organic, „glandular", pentru a se împlini pe plan „magnetic"; *„anima* şi *animus-u*l partenerilor fac dragoste folosindu-se de propriile trupuri ca de nişte altare". Kefuzându-şi eliberarea, forţa se interiorizează, se înalţă şi procură o juisare mentală. Este o experienţă excepţională, supranaturală, dar autentică, o experienţă care depăşeşte orice altă plăcere.

Această spiritualizare a sexului aminteşte de erotismul oriental, unul dintre tratatele acestuia purtând chiar titlul *Carnea precum un covor de rugăciune*, şi de misticismul lui Teilhard de

Chardin care vorbea despre iubire ca despre o „mesă asupra lumii”.

Această interiorizare a dorinţei pe care o întâlnim în Orient şi-apoi în Occident nu trebuie să fie confundată cu „refularea” pulsi- unilor. De asemenea, nu este nici un masochism în care individul ar încerca o amară juisanţă a privaţiunii şi un chin perpetuu; nu, tantrismul şi cultul Doamnei sunt deplină plăcere.

Obiecţiile reale sunt de două tipuri: pe de o parte, hipertrofia *animei,* la bărbat, şi-a *animus*-ului la femeie, riscă să anestezieze şi să atrofieze sexul şi să inducă o nebunie mistică; pentru a evita o asemenea evoluţie, trebuie ca din când în când să se practice şi relaţii „banale”. Pe de altă parte, femeia adevărată nu mai are o realitate proprie; ea nu mai este decât oglinda *animei,* mijlocul pentru tantrika sau trubadur de a juisa cu propria sa *anima.* Putem spune acelaşi lucru şi despre bărbat şi *animus-ul* femeii.

Din Orient în Occident

- Imsak: este o practică amoroasă specifică ţărilor arabe. Este retenţia („imsak” înseamnă „a păstra”) lichidului vital şi controlul nesfârşit al erecţiei, menite să prelungească împreunările.
- „Coitus reservatus”: este un coit întrerupt, care a bântuit vreme de mai multe secole în Occident. Este o restricţie impusă actului iubirii, o practică plină de privaţiuni şi nu o artă a înmulţirii şi înălţării plăcerii.
- Continenţa masculină: este taoismul adoptat de comunitatea din Oneida — Statele Unite ale Americii, la sfârşitul secolului al XIX-lea.
- Carezza: este un coit extrem de calm şi de pasiv, fără elibe- rarea spermei, elaborat de Mărie Stoper la începutul secolului al XX-lea.
- Îmbrăţişarea reţinută, inventată de un autor creştin, Chamson, cu scop contraceptiv, este o concepţie mai degrabă restrictivă decât aducătoare de împlinire.

■ Masters şi Johnson: celebrii sexologi americani au studiat fiziologia sexualităţii folosind mijloace ştiinţifice dintre cele mai moderne, fără să-i neglijeze însă aspectul psihologic şi afectiv. Ei

preconizează întreruperea frecventă în timpul coitului, în scopul controlării şi amânării ejaculării şi, prin urmare, a prelungirii penetrării, ceea ce-i permite femeii să acceadă la orgasm. Cercetările şi experienţele lor au confirmat faptul că, în coit, satisfacţia femeii cere un penis erect vreme
Dr. CirordLtku 29}
îndelungată. Ei admit că bărbatul nu are obligaţia de a ejacula la fiecare raport sexual.

Este o fericire să constatăm că preceptele unora dintre cele mai îndepărtate civilizaţii se alătură sfaturilor sexologilor contemporani. Şi de ce-ar fi greşită o artă care a adus deplină satisfacţie timp de milenii cuplurilor din Orient?

Dar, mulţumită uceniciei mângâierii (mai ales celei a mângâierii interioare), nu vom mai putea citi cuvinte precum: „Europenii, care nu cunosc arta şi practica, sunt cu dispreţ comparaţi de către femeile hinduse cu nişte cocoşi de ţară: astfel că nu există niciun caz în care vreo fată de la noi să fi iubit cu adevărat vreun străin” (34).

Dincolo de mângâiere, ca artă, erotismul oriental ne va fi reinvăţat valoarea spirituală a împreunării femeii şi bărbatului. Nu poate fi tăgăduit faptul că apropierea dintre cele două fiinţe creează o bulversare a conştiinţelor acestora: este un fenomen universal, care a existat dintotdeauna şi pretutindeni.

Civilizaţiile orientale şi occitane l-au acceptat cu sensibilitatea lor specifică şi l-au integrat în filosofia şi religia lor. Occidentali, scientişti şi materialişti, noi putem zâmbi cu superioritate în faţa anumitor naivităţi şi să ne răzvrătim faţă de un ezoterism pe care-l vom considera obscurantism. Dar nimeni nu ne cere să ne convertim la taoism sau să ne transformăm în trubaduri; nu trebuie să judecăm la fundamentul acestor credinţe, ci să le considerăm o simbolistică în stare să exprime, în stil propriu, fenomenul universal al transcendenţei cuplului. Şi nimeni nu i se poate sustrage, într-o bună zi sau mereu, acestei metafizici. Noi toţi am cunoscut această creştere înspre celălalt, această expansiune în lume pe care o aduce iubirea numită „fizică”.

Să fim modeşti, „progresul” nostru este doar tehnologic, dar în niciun chip etic sau politic şi cu atât mai puţin spiritual, aşa cum proclama o banderolă în filmul *Hiroshima, dragostea mea*. Între masacrarea catharilor şi exterminările contemporane, progresul este doar... tehnic. Îi prefer pe taoişti sau pe trubadurii vremurilor de odinioară, iar nu pe asasinii moderni, cu sau fără uniformă.

Singurul nostru izvor de spiritualitate, încă sigur, ţâşneşte din apropierea dintre un bărbat şi-o femeie. Şi pe el se întemeiază umanitatea, o animalitate care, datorită acestor două fiinţe, devine spiritualitate.

Capitolul îg Al nouălea cer

Convingerea că, pentru a ajunge în al nouălea cer, nu există decât o singură cale, cea a orgasmului, este una dintre consecinţele terorismului exercitat de o anumită sexologie. Scopul erotismului

nu este orgasmul sistematic; este fericirea simţurilor, plenitudinea sufletului, într-un cuvânt, un fel de beatitudine. Or, această plăcere superlativă se poate obţine şi prin dezmierdări şi nu doar prin orgasm.

Totuşi, totul trebuie să fie astfel îndeplinit pentru ca fiecare fiinţă să aibă posibilitatea de a cunoaşte seismul orgasmic. La bărbat, obţinerea acestuia este de un automatism atât de evident, încât nu a putut vreodată să-şi imagineze că totul se petrece altfel cu partenera sa: aşa că nici n-a înţeles-o şi nici n-a ajutat-o întotdeauna.

Dreptul la orgasm

Dreptul la orgasm este o revendicare legitimă pentru oricare femeie. De altfel, este surprinzător să constatăm că înfăptuirea unui fenomen firesc poate să devină obiectul unei controverse.

La origine, plăcerea femeii şi *a fortiori* plăcerea ei supremă au fost culpabilizate; din aceasta, există şi acum urme. În zilele noastre, cele mai multe femei întâmpină, o vreme sau aproape totdeauna, greutăţi în a accede la orgasm prin intermediul coifului. Atunci, unele dintre ele, descurajate, se resemnează; iar altele, incontestabil sexiste, îşi spun: „Dar la ce bun?...", subînţelegând „paroxismul femeii nu are nicio importanţă şi nu este deloc necesar, sexualitatea sa fiind inferioară". „Este sexism atunci când un sex se bucură de privilegii şi puteri refuzate celuilalt sex, atunci când un sex are întâietate În faţa celuilalt, când se acceptă inegalitatea dintre sexe... La antipozii sexismului se află feminismul. El se întemeiază pe credinţa în egalitatea dintre bărbat şi femeie şi pe o dreaptă împărţire a puterii" (35).

Accesul la orgasm este un drept al femeii, aşa cum este şi al bărbatului şi încă din mai multe puncte de vedere. Este un drept logic şi o necesitate fiziologică şi psihică. Orgasmul este împlinirea firească — dacă nu sistematică — a raportului sexual, atât pentru femeie, cât şi pentru bărbat. Este un drept politic. Capacitatea de a obţine o plăcere firească, aşa cum o face şi

bărbatul, libertatea de a se comporta după cum o cere obţinerea lui par, la prima vedere, nişte drepturi evidente. Totuşi, exercitarea tuturor drepturilor se loveşte de contextul socio-cultural; în acest caz, drepturile naturale ale femeii se lovesc de politica elementelor dominante: bărbaţii. Am văzut cum religia şi societatea s-au aliat pentru a reprima şi devaloriza femeia şi propria-i sexualitate. Orgasmul nu i se poate întâmpla unei fiinţe inferioare, cu o senzualitate inexistentă şi vinovată.

Şi s-a ajuns la această situaţie dublu inegalitară: în societate, femeia este condiţionată să-şi refuze sexualitatea; în pat, ea nu poate obţine ceea ce-şi doreşte, dar trebuie să execute ceea ce îi cere bărbatul. Raporturile sexuale sunt, în realitate, câmpul unei bătălii pentru putere a cărei miză depăşeşte sexualitatea. A-i recunoaşte femeii dreptul la plăcere, la activitate, la orgasm înseamnă a recunoaşte egalitatea dintre sexe.

Avantajele pe care femeia le poate aştepta de la orgasm sunt numeroase. Din punct de vedere afectiv, experienţa acmeei, în cadrul cuplului, îmbogăţeşte şi dă profunzime relaţiei. Ea apropie elementele de un punct de fuziune, oferă împărtăşirea unui eveniment emoţional de mare factură; creează o recunoştinţă reciprocă şi o remarcabilă complicitate.

Din punct de vedere psihosomatic, ea aduce o destindere printr-o eliberare a tensiunii acumulate înainte şi în timpul actului sexual. Ea restaurează o nouă vitalitate redistribuind într-un mod armonios energia eliberată. „Ceea ce noi numim eliberarea tensiunii şi o trăim ca pe o descărcare motrică (partea descendentă a curbei orgasmului) este, în mod predominant, rezultatul unui reflux al excitaţiei organului genital spre corp. Acest reflux este resimţit ca o diminuare bruscă a tensiunii. Prin urmare, acmeea reprezintă punctul în care excitaţia îşi schimbă direcţia; până la atingerea acmeei, ea se îndrepta spre organul genital. Dincolo de acmee, ea se-ntoarce într-o direcţie opusă, adică spre întregul trup. Refluxul complet al excitaţiei spre întregul corp este ceea ce constituie satisfacţia. Satisfacţia înseamnă două lucruri: deplasarea direcţiei fluxului de excitaţie spre corp şi delestarea organului genital“ (36).

Per total, orgasmul îi asigură femeii un bun echilibru psihic şi o sănătate înfloritoare. Invers, ratarea orgasmului poate duce la o seric de tulburări: în loc să explodeze şi să se repartizeze în mod armonios, energia face implozie şi sfâşie trupul şi sufletul. Ştim că, mai apoi, imediat îşi fac apariţia dureri locale (congestie şi crispare a organelor genitale şi pelviene) şi tulburări nervoase (irascibilitate cauzată de frustrarea prin „răpirea" plăcerii lor, tristeţe provocată de un sentiment de ratare, de devalorizare).

Dacă implozia se produce la fiecare raport, se instalează tulburările cronice: tulburări organice (congestie dureroasă a uterului, ovarelor şi a vezicii); tulburări psihosomatice (colită, gastrită, astm, contracturi ale muşchilor rahidieni care provoacă dureri cervicale, dorsale sau lombare, mult prea adesea considerate nişte reumatisme ale gâtului, spatelui, şalelor); tulburări psihice (complexul de a nu fi normal, stare depresivă, tulburare a caracterului).

Mângâierea evită aceste rele. Dezmierdările exterioare ale trupului destind aproape la fel de mult ca un orgasm, indiferent dacă sunt oferite în lipsa oricărui coit sau ca postludiu; mângâie- rilc-masaje sunt cele mai indicate şi, cu atât mai mult, masajul caii- fornian. Mângâierea interioară, însoţită de dezmierdări exterioare, permite atingerea paroxismului.

Terorismul orgasmului

Dreptul la orgasm este o facultate şi nu o obligaţie. Or, răstur- uând mişcarea de represiune a sexualităţii feminine, eliberarea femeii, alături de eliberarea moravurilor şi descoperirile sexologiei, au înlocuit interdicţiile prin dictate. Acum, o femeie cinstită trebuie să aibă orgasme; sunt contabilizate. Cea care „nu explodează" de liecare dată şi de mai multe ori este anormală.

Astfel, femeia nu mai caută orgasmul în

mod spontan, ca pe o plăcere ce trebuie trăită, ci ca pe un scop pe care trebuie să-l atingă cu orice preţ. Orgasmul a devenit obsesia femeii şi a bărbatului

.Presiunile exercitate de bărbatul contemporan sunt permanente. IU vrea să-i ofere un maxim de plăcere femeii; şi ar fi foarte bine «Iacă ar face-o din pur altruism. În realitate, cei mai mulţi nu caută, în fericita înălţare a partenerei lor, decât brevetul de bun mascul, bun amant; pentru ca bărbatul să se simtă viril, trebuie ca femeia să juiseze; orgasmul femeii supradimensionează ego-ul bărbatului, ii dă încredere în sine. Bărbatul trebuie să ştie că, dacă are o parte de responsabilitate în juisarea femeii, nu este totuşi singurul creator al operei, partenera sa având şi ea propria-i parte. De altfel, ceea ce o ajută pe femeie să se îndrepte spre culmi sunt tandreţea şi înţelegerea afectivă, dar şi forţa şi tehnica „virilităţii" sale.

Presiunile care se ivesc din femeia însăşi sunt adesea relative pentru bărbat; ea vrea să-i arate partenerului că este o femeie „normală", o femeie împlinită. Această demonstraţie poate fi motivată de teama de a nu fi îndeajuns iubită şi abandonată, mai ales dacă iubita se simte în competiţie cu alte femei. În sfârşit, supunându-se pe ele insele unor presiuni, anumite femei vizează, prin obţinerea acmeei, să-şi demonstreze că sunt nişte femei „adevărate", normale; căci absenţa orgasmului este, potrivit

normelor sexologiei, caracteristica femeilor nevrozate sau ratate, într-un cuvânt, a frigidelor.

Orgasmul trebuie reaşezat la locul ce i se cuvine. Este o fericită împlinire, dar nu este singura activitate sexuală valabilă; în *conţi-* riuum-ui erotic, orgasmul nu este decât un element. Să-ţi trăieşti sexualitatea ca pe o cursă înspre orgasm înseamnă să dai dovadă de o minte îngustă şi de o totală lipsă de imaginaţie. Această cursă nebunească pe o unică pistă îngustează relaţia sexuală. Căci mai există şi mângâierile. La urma-urmelor, orgasmul fiziologic nu este decât un reflex spinal aflat la îndemâna oricărei fiinţe vii; în timp ce tandreţea şi dezmierdarea sunt nişte activităţi cerebrale caracteristice omului evoluat, iar beatitudinea care decurge de-aici, o stare corticală specifică oamenilor. Mai mult, în plăcerea extremă suntem singuri, concentraţi asupra propriei noastre persoane, a propriei noastre plăceri; orgasmul este egocentric.

în sfârşit, obsesia orgasmului este sancţionată prin ca însăşi, căci contribuie la eşec.

Obstacole în calea orgasmului

Spre deosebire de bărbat, la majoritatea femeilor acmeea prin coit nu se produce în mod automat, de fiecare dată şi în câteva minute.

Intumcscenţa feminină se instalează mai incet decât cea masculină. În faza de platou, pragul de la care pornind femeia îşi poate lua „zborul" se situează mult mai sus decât cel al bărbatului. Dacă partenerul practică nişte preludii şi penetrări scurte, femeia nu are timp să acceadă la un nivel suficient de excitaţie pentru a resimţi orgasmul. Toate anchetele şi studiile (Masters şi Johnson, Shere Hite, Fietropinto, Gebhardt etc.) o demonstrează: cu cât preludiul este mai lung şi cu cât coitul durează mai mult, cu atât femeia are mai multe şanse să ajungă la împlinire.

Ţinta, punctul de impact sunt adesea prost alese, iar stimularea, inadecvată. Bărbatul nu alege intrarea adecvată sau încurcă cheia. Dovada: în eşantionul lui Shere Hitc, prin

masturbare, 95% dintre femei ating orgasmul în câteva minute (82% dintre femeile prinse în eşantion se masturbează); prin coit, doar 30%.

Orgasmul femeii este la fel de uşor de obţinut ca şi cel al bărbatului, neavând nimic misterios sau irealizabil; este de-ajuns să se aplice o stimulare adecvată. Bărbatul ar trebui să ia în considerare ceea ce-i aduce femeii plăcere atunci când se masturbează la nivelul clitorisului sau vaginului şi să tragă concluziile; căci masturbarea este viaţa sexuală primară, experienţa de bază.

Dar, în loc să facă toate acestea, bărbatul îi aplică femeii „procedura" care-i permite lui să juiseze. „Să vrei cu orice preţ ca femeia să aibă orgasme, atunci când o iubeşti, folosindu-te doar de penis, înseamnă s-o constrângi să-şi adapteze trupul unei stimulări inadecvate" (37). „70% dintre femei considerau că limitarea doar la mişcările de du-te-vino ale penisului este un mijloc aproape infailibil de a nu ajunge la orgasm" (38). De asemenea, atunci când bărbatul practică stimularea clitoridiană, el o face în stilu-i de bărbat, care nu-i tocmai cel mai potrivit. Vom vedea, puţin mai departe, soluţia problemei.

La nivelul problematicii personale a femeii sau al structurii sale psihice, numeroase sunt piedicile în calea abandonului necesar implinirii orgasmice. Stările depresive, nevrozele, tulburările de personalitate şi isteria sunt cele mai frecvente obstacole psihice. Pe de altă parte, orice alterare a climatului afectiv îngreunează accesul spre plăcere. Femeia are nevoie de iubire, de încredere şi de respect; şi de o ambianţă favorabilă.

Colosala şi multimilenara interdicţie a plăcerii feminine n-a dispărut încă pe deplin; îşi exercită şi acum efectele potrivnice în alcov în momentul în care femeia ar trebui să se lase în voia adevăratei sale firi. Aici, erotismul feminin este sabotat de ultime şi perfide idei de păcat, ruşine şi inferioritate.

Ucenicia plăcerii

După ce am reaşezat orgasmul la locul cuvenit şi după ce am identificat capcanele ce-i stau în cale, trebuie să facem tot ce

ne stă-n putinţă pentru a-i permite femeii să cunoască marea învolburare.

Femeia nu se poate abandona plăcerii decât dacă se simte respectată, îndrăgită sau, mai bine chiar, iubită de amantul ei care trebuie să-i ofere, cu înflăcărare, rafinament şi fără grabă, toate dezmierdările pe care şi le-nchipuic, atât la nivelul întregului trup, cât şi la cel al clitorisului şi vaginului.

Orgasmul prin stimulare clitoridiană poate fi deculpabilizat şi revalorizat. (Este un extaz la fel de valabil ca şi cel vaginal, atât din punctul de vedere al juisării pe care o oferă, cât şi al destinderii pe care o procură.) Este echivalentul orgasmului vaginal.

Pentru o femeie, cel mai potrivit mijloc de a învăţa să aibă orgasme este autostimularea şi, pentru început, autostimularea

clitoridiană. Toţi autorii — Masters şi Johnson, Shere Hite, Carmen Kerr, Meignant, Zwang etc. — sunt unanimi: femeia află calea orgasmului prin masturbare. Cele mai multe femei au descoperit spontan stimularea şi orgasmul clitoridian, adesea încă din copilărie sau adolescenţă, şi îl practică instinctiv, mai mult sau mai puţin regulat. Cele care încă nu i se dedau trebuie să înceapă s-o facă. Cărţile lui Shere Hite şi Carmen Kerr prezintă cele o sută de feluri ale autoexcitaţiei.

Şi pentru că a dobândit, prin ea insăşi, orgasmul clitoridian, femeia îl introduce în relaţia cu iubitul ei. Stimularea clitoridiană este realizată fie de femeia însăşi (iar amantul profită pentru a învăţa ceea ce trebuie făcut), fie de către bărbat. Acesta pune în practică ceea ce am prezentat pe larg în capitolul 16.

Mângâierea clitoridiană al cărei scop este atingerea orgasmului poate să se situeze în afara coifului, prin joc, sau înaintea acestuia, pentru a trezi dorinţa vaginului. Pentru femeile care nu acced la orgasmul vaginal, este un „avans" de plăcere, un „dar" prealabil (căci adevărata caritate începe cu tine însuţi). Pentru cele care îl obţin, este o savuroasă „gustare"

tn timpul coifului, pentru cele care nu ajung la orgasmul vaginal, felul de a cunoaşte orgasmul, bărbatul fiind în ele, este

mângâierea clitorisului. Ca femeia să-şi stimuleze cLitorisul în timpul actului este un gest perfect „licit"; doar un bărbat egoist şi ignorant poate să se simtă jignit din acest motiv (este, aşa cum vom vedea, şi o modalitate de a-şi educa vaginul). Pentru cele care acced la orgasm, este o plăcere rodnică, o plăcere care adânceşte beţia.

După coit, pentru cele care nu au ajuns la orgasmul vaginal, această plăcere este un act de dreptate: fiecare la rândul său; dar, uneori, este imperativ, pentru „a prinde din urmă" un orgasm vaginal ratat. Pentru cele care l-au cunoscut, este un desert pe care anumite femei gurmande nu-l dispreţuiesc.

Femeia este o fiinţă bifocală: are două vetre ale orgasmului, clitorisul şi vaginul. Dacă orgasmul clitoridian este uşor de obţinut, cel vaginal, prin masturbare sau coit, survine cu mult mai multă greutate la majoritatea femeilor, de unde şi reputaţia de hiposensibilitate a vaginului. Şi totuşi, vaginul poate juisa şi încă juisa până la orgasm; şi poate să aibă poftă, şi încă foarte tare, de penis. Însă trebuie să i se ofere o educaţie eroticã.

Până la vârsta de doisprezece sau treisprezece ani, femeia nu este conştientă de vaginul său: inaccesibil ochiului, inaccesibil degetului (din cauza himenului sau al tabuului), tăcut în ceea ce priveşte senzaţiile (ea nu-l „simte"); el nu se revelează decât prin menstruaţii. Femeia ¡1 descoperă în timpul primelor autoexplorări, urmate sau nu de autostimulări; sau prin intervenţia digitală sau penianã a primul ei iubit. La început, este prea puţin sensibil, dar sensibilitatea lui erotică se va deştepta şi se va mări până la a-i oferi plăcerea supremă. Autostimularea de către femeie este mult mai rar practicată decât stimularea clitoridiană (adesea, fiind asociată cu ea); şi, indubitabil, induce aptitudinea vaginului de a juisa.

Diversele şi multiplele mângâieri ale celor trei cercuri pe care le oferă partenerul contribuie la excitarea vaginului: lubrifiere, intumcscenţă vasculară, încordare a muşchilor. Nimic nu trebuie uitat: săruturi date gurii, mângâieri ale sânilor, hoinărealã prin grădinile palatului etc., dar şi răsfăţarea clitorisului. Dezmierdarea clitoridiană este condiţia *sine qua non* pentru abordarea vaginului; căci aceasta-i cea mai potrivită

pentru a-l înfierbânta, pentru a-l aduce până la un prag adecvat de excitaţie.

Amantul o obişnuieşte pe femeie să se simtă „golită" şi-apoi „împlinită", să-şi conştientizeze propria-i vacuitate feminină, propria nevoie de îndestulare şi încă de îndestulare prin mângâieri ale gurii, buzelor şi limbii oficiind la intrare şi cucerind orificiul vaginal; prin dezmierdările oferite de degetele care nu vor avea vreo altă ambiţie decât aceea de a îmblânzi cu tandreţe intrându-l; şi prin mângâierile penisului care formează întreaga artă a dezmierdării interioare, cea mai bună erotizare posibilă a vaginului.

Condiţionarea clitoridiano-vaginală este mângâierea simultană a vaginului şi a clitorisului pentru a crea o condiţionare, o asociere

,Dr Orordldfu JOS
intre penetrarea vaginală şi plăcerea clitoridiană. Clitorisul devine intermediarul juisărilor vaginale. Plăcerea se transmite de la unul la celălalt. Se pot practica trei tipuri de asocieri: mângâierile vaginului cu gura asociate cu mângâieri ale clitorisului cu degetele (până la orgasm). Mângâierile vaginului cu degetele asociate cu mângâierile clitorisului cu celelalte degete ale aceleiaşi mâini sau cu cealaltă mână (până la orgasm); sau asociate cu mângâierile clitorisului cu gura. În aceste prime două cazuri, femeia este cea care poate, cu propriile-i degete, să-şi stimuleze vaginul sau clitorisul, în timp ce bărbatul se ocupă de celălalt pol. tn sfârşit, a treia posibilitate, mângâierea vaginului cu penisul sau „mângâierea interioară", asociată cu o stimulare a clitorisului de către bărbat sau de către femeie.

Poziţiile amanţilor care facilitează accesul la clitoris şi le eliberează mâinile sunt cele mai convenabile. Printre altele, acestea sunt: poziţia laterală (femeia cu spatele la bărbat), poziţia femeie pe burtă, poziţia femeia în rugăciune mahomedană, poziţia femeia aşezată peste bărbat. Aceasta, punând femeia deasupra, o face mai activă şi o transformă în stăpâna jocului: ea-i imprimă propriului trup balistica propice satisfacerii sale, cuprinde penisul cu vaginul pe care-l conştientizează ca organ de apucare şi nu doar receptacul pasiv; ii conferă întrândului ei mişcările necesare plăcerii proprii; şi transformă penisul într-un pivot al întregului corp erotizat; îşi stimulează clitorisul şi totodată sânii.

Erotizarea progresivă a vaginului poate dura ani. Dar, odată revelată, femeia se bucură de vaginul ei cu bucurie, cu uşurinţă şi rapid, fără o participare clitoridiană concomitentă, iar, uneori, chiar şi fără pregătire. în paralel, se dezvoltă o adevărată poftă a vaginului; o adevărată foame vaginală îşi face apariţia.

încă o dată, amanţii şi-au oferit empireul prin mângâiere. Şi tot prin mângâiere, a

tuturor simţurilor, fericirea îi cuprinde pe îndrăgostiţi.III.

Dincolo de mângâiere

Capitolul 20 Mângâierile sufletului

Dr. Gerard Lriiu 309

..Iără de mângâiere, sufletul tău piere", spune proverbul. Am văzut . .1. atunci când nu sunt mângâiaţi, puii animalelor îşi pierd puterile şi slăbesc până ajung să moară; în plus, prezintă tulburări psihice. < rcscătorii ştiu acest lucru, oamenii de ştiinţă l-au demonstrat. Mai mult chiar, trebuie ca felul în care sunt îngrijiţi să comporte o anumită nuanţă afectivă şi personală; contactele mecanice trebuie date uitării, căci privarea emoţională are un rol la fel de important ca aceea senzorială. La fel se întâmplă şi cu odraslele oamenilor, aşa • um au demonstrat-o medicii şi psihologii, mai ales Spitz, în legătură cu nou-născuţii crescuţi în incubator, cu bebeluşii din orfelinate etc.

Totul se petrece ca şi cum stimulii ar activa sistemele nervoase şi neuroendocrine. Există o adevărată poftă de stimulare, la fel de importantă pentru viaţa şi supravieţuirea copilului ca şi pofta de mâncare. Alimentaţia şi igiena nu-i sunt de ajuns ca să se dezvolte, are nevoie să i se asigure o intimitate fizică şi o afecţiune personalizată. Ceea ce, de cele mai multe ori, i se şi întâmplă.

Dar atunci când ajunge la vârsta adultă, omul păstrează aceleaşi nevoi originare şi imperative; or, nicio intimitate, nicio

dezmierdare de tip infantil nu-i pot fi oferite din motive psihologice şi sociale. Astfel, potrivit lui Berne (39), adultul adoptă un compromis: acela al sublimării acestor nevoi într-una mai subtilă, mai simbolică, într-un cuvânt, într-o „nevoie de recunoaştere". Această poftă este de asemenea natură, încât întreaga-i viaţă este o căutare a unor semne de recunoaştere, adică a unor manifestări ale celuilalt valorizante şi personale. Poate fi o privire, un zâmbet, un contact, o frază: acestea sunt mângâierile sufletului.

Mângâierile trupului şi mângâierile sufletului sunt într-atât de necesare, încât prizonierii întemniţaţi, aflaţi singuri într-o celulă, sfârşesc prin a se prăbuşi în demenţă şi caşexie, distruşi fiind de privarea senzorială şi afectivă.

Iubirea de sine

Groddeck aminteşte că iubirea de sine este primul principiu indispensabil oricărei fiinţe. El subliniază că inclusiv delincvenţii, marginalii şi nebunii nu pot trăi fără să iubească. Îşi găsesc tot felul de scuze şi nutresc tot soiul de speranţe. El mai subliniază şi că Iisus Hristos a spus: „Iubeşte-l pe aproapele tău ca pe tine însuţi" şi nu „mai mult decât pe tine însuţi"; el ştia că cel mai mult ne iubim pe noi înşine; descoperise înaintea lui Freud narcisismul.

Or, cel mai mult ne expunem „cui" în relaţia amoroasă: ne oferim personalitatea psihică fără nicio podoabă (sau cu mai puţine podoabe decât în viaţa socială) şi ne oferim trupul dezvălit. Eul este, într-adevăr, gol, la propriu şi la figurat. Putem face faţă acestei situaţii numai dacă sufletul şi trupul ne sunt iubite, apreciate sau chiar admirate.

Cât despre senzualitate, ea aduce-n scenă personalitatea psihică în ceea ce are ea mai tainic (domeniul dorinţelor, al fantasmelor, al

plăcerii) şi trupul în ceea ce are el mai intim (diversele zone erogene, mai ales organele genitale). Cu alte cuvinte, femeia, dar şi bărbatul nu-şi pot împlini senzualitatea decât dacă le sunt recunoscute calităţile psihismului şi fiziculuí lor. Căci nu pot exista mângâieri ale trupului fără mângâierile sufletului.

Mai mult, apropierea de celălalt sex, dincolo de mobilurile sentimentale şi libidinale, are şi motivaţii narcisice: întâlnirea cu celălalt nu trebuie să distrugă individul, ci, dimpotrivă, să-i creeze o stare de bine. Căci el se-aşteaptă la o reasigurare a iubirii sale de sine. Celălalt este o oglindă în care ne punem întrebări despre noi înşine şi-n care sperăm să descoperim o bună reflectare a propriei noastre fiinţe. Ceea ce iubim în celălalt este buna imagine de sine pe care acesta o trimite înapoi.

De aici până la a spune că amorul nu este niciodată decât amor-propriu, nu este decât un pas; aş fi tentat să-l fac atunci când citesc răspunsurile unor bărbaţi la întrebările lui Pietropinto: „Ce vă atrage cel mai mult la o femeie?”

- „Să se comporte ca şi cum aş fi persoana cea mai importantă pentru ea”;
- „Să fie realmente interesată de ceea ce spun”;
- „Trebuie să-i pese mai mult de mine decât îi pasă de sine însăşi”.

Iar în acest joc al lui Eu, unde se află iubirea faţă de celălalt? De altfel, să privim în jurul nostru, cu luciditate, şi în noi, cu cruzime, şi ne vom da seama cât de mult intervine iubirea de sine în iubire. Totuşi, să nu fim asemenea cinicilor care trag de-aici concluzia că iubirea nu există; să fim indulgenţi cu fiinţa umană şi să reţinem doar că nu poate trăi fără să se iubească şi că, pentru a se iubi pe sine, el trebuie să fie iubit.

înainte de a o dezmierda pe fiinţa iubită sau chiar în clipa în care o dezmierdaţi, faceţi-o să simtă cât de mult o iubiţi şi o apreciaţi, că aţi ales-o şi că încă o preferaţi; amintiţi-i calităţile; spuneţi-i cât de bine vă este lângă ea, cât de minunate-i sunt mângâierile; mulţumiţi-i întotdeauna; nimeni nu datorează nimic nimănui, nici chiar după cincizeci de ani de căsătorie. Nu lăsaţi să treacă vreo zi fără să-i dezmierdaţi, măcar o dată, sufletul.

În ciuda aparentei sale puteri, bărbatul se simte şi el în întregime analizat atunci când întâlneşte o femeie; şi este la fel de sensibil la aprecierile ei. „Micşoraţi-i ego-ul unui bărbat şi penisul lui va suferi aceeaşi transformare”, scrie Pietropinto. Odinioară, susţine el, bărbatul era virilizat de bărbat şi

activităţile-i sociale; acum, el este astfel de către femeia sa şi activităţile lor sexuale; femeia i-a devenit judecător şi oglindă.

La întrebarea autorului: „Când vă simţiţi cel mai viril?: când faceţi dragoste cu o femeie, în relaţiile dvs. sociale cu alţi bărbaţi, când faceţi sport sau la locul de muncă?”, cei mai mulţi răspund: „Mă simt viril atunci când sunt cu o femeie foarte feminină, când fac dragoste cu o femeie şi ea apreciază toate gesturile mele”.

Un act de încredere

„Principalul obstacol în calea plăcerii este, într-adevăr, teama: teama sub toate formele ei, teama de a nu fi rănit fizic sau afectiv; teama de a nu fi în greşeală, de a nu comite o greşeală, de a nu fi pedepsit sau batjocorit, teama de a nu părea urât, neîndemânatic, ridicol, incompetent, insensibil, indezirabil... iar lista continuă la nesfârşit, căci cuprinde toate ideile dezagreabile pe care fiecare fiinţă umană şi le poate face despre ea însăşi” (40). Şi, efectiv, este nevoie de o încredere nebunească pentru a te lăsa în seama cuiva, cu trup şi suflet, căci această abandonare înseamnă să te expui judecăţilor sale. Iubirea este un act de credinţă.

Mai întâi, judecat va fi felul în care arată chipul şi trupul. Am văzut că pudoarea are o origine mai degrabă estetică decât etică. Judecate vor fi şi „capacităţile sexuale”. Aici, teama se preschimbă în

teroarea de a fi neîndemânatic, neputincios, frigid, insuficient, prea precoce, prea tardiv etc. Judecate vor fi, în cele din urmă, trăsăturile de caracter, defectele, slăbiciunile, fragilitatea, nevoile senzuale, cererile afective.

Suntem atât de vulnerabili în relaţia amoroasă, încât este absolut necesar ca celălalt să se dovedească un aliat ce nu pune condiţii, înţelegător, care ne acceptă aşa cum suntem. Cu cât fiinţele se simt mai acceptate, cu atât mai mult se atrag; cu cât îşi mărturisesc mai pe faţă fragilitatea, cu-atât se apropie; cu cât se cunosc mai bine, cu-atât sunt mai mult laolaltă. Invers, „cu cât unul îl bănuieşte pe celălalt că-l judecă şi cântăreşte tot ce a

făcut şi ce a gândit, cu atât se îndepărtează mai mult de partener" (41).

Să te încredinţezi nu-nseamnă numai să încredinţezi ceea ce eşti, ci şi ceea ce aştepţi şi ceea ce speri: siguranţă, tandreţe şi satisfacţie sexuală. Să te încredinţezi înseamnă să ai încredere că vei fi pe deplin satisfăcut. În sfârşit, încrederea unei femei şi, din ce în ce mai mult şi mai adesea, a unui bărbat înseamnă speranţa că va fi ales(ă) pentru totalîtatea-i şi nu doar pentru sexul său. Femeile au trăit întotdeauna în fobia de a nu fi decât o pereche de fese; bărbaţii trăiesc acum teama de a nu fi decât un penis. De-acum, fiinţele au în comun temerea de a nu fi decât nişte obiecte sexuale de consum care, după folosire, sunt numai bune de aruncat.

Cântul cuvintelor

Relaţia erotică nu începe la căpătâiul aşternuturilor, ci ar trebui să dureze ziua-ntreagă: nu poţi fi tiran la amiază şi să faci pe galantul la miezul nopţii; nu poţi provoca ranchiuna în timpul zilei şi să ceri încredere la apusul soarelui.

Mângâierea sufletului este necesară de-a lungul întregii zile. Aici, cuvântul este de aur: trebuie să ştii să vorbeşti. Schimbul senzual începe la amiază prin cuvinte; şi continuă seara în sporoväieli. E necesar să ştii să-ţi păstrezi timp pentru discuţii, pentru a fi împreună doar din plăcerea de a fi astfel, fără să faci nimic altceva, atât ziua, cât şi noaptea. Dar a nu face nimic nu-nseamnă să pierzi timpul. Senzualitatea nu este o slujbă cu jumătate de normă sau una singuratică; este o modalitate de a te exprima care reprezintă acordul sublim al relaţiei din timpul zilei. Cuvintele zilei pregătesc cânturile nopţii.

Şi, oricât de mulţi ani veţi fi petrecut împreună, dezvăluirea propriei intimităţii rămâne întotdeauna o încercare. Ar fi o bădărănie să vrei să te bucuri de toate roadele iubirii fără să le-aduci nici măcar un cuvânt de laudă. Da, este posibil ca, atunci când mângâi o gură, un sân, un sex, să alături cuvântul gestului şi să-i murmuri cât de frumos, de dezirabil este, şi încă altele asemenea pe care le voiţi. Valorizarea trupului şi, mai ales,

a organelor genitale, este una dintre frumoasele dezmierdări ale sufletului.

Pozitivismul

Nu este vorba aici despre filosoful Auguste Comte, ci despre o atitudine mentală deliberată care constă în căutarea, în oricare fiinţă, a calităţilor şi în punerea lor în valoare. Este un optimism de principiu care face minuni în relaţiile dintre oameni, împlineşte indivizii şi îi face să progreseze.

Mulţi ar crede că dezmierdările — ochilor, mâinii, gurii — sunt privilegiul femeilor sau al bărbaţilor care au un chip şi-un trup perfecte, că nu pot fi oferite decât unor fiinţe extrem de frumoase. Este o greşeală. Orice femeie — s-o luăm ca exemplu — merită să fie mângâiată, chiar şi numai pentru că este femeie. În sine, feminitatea pe care aceasta o încarnează, specificitatea, esenţa, puterea ei sunt demne de adoraţie.

Mai mult, fiecare femeie, în particular, posedă calităţi fizice care o valorizează, atrag şi reţin: acestea pot fi părul, ochii, zâmbetul, sânii.
Dr *Cerați* Irifu jis
talia, picioarele ei şi mai ştiu eu ce... Calităţile erotice sunt cele care leagă: anumite femei prea puţin avantajate de un fizic ingrat se dovedesc nişte amante extraordinare prin senzualitatea lor, atât atunci când oferă, dar şi când primesc mângâieri. În sfârşit, calităţile psihice, afective şi culturale sunt cele mai importante. Dacă de un trup frumos te poţi plictisi, de tandreţea unei femei însă, de generozitatea, de liniştea pe care o aduce echilibrul ei sufletesc niciodată; aşa cum nu te vei plictisi vreodată cu o femeie sensibilă, creativă, cultivată.

Mângâierea nu-nseamnă numai atingerea unui obiect frumos; este un schimb de la suflet la suflet în care afectivitatea şi intelectul sunt preponderente. Orice femeie care iubeşte este emoţionantă, orice femeie iubită străluceşte, orice femeie iubită şi care iubeşte se transformă. Iar în timpul iubirii, orice femeie este transfigurată: încrederea, bucuria, deliciile, tandreţea o fac să acceadă la o stare de conştiinţă extatică, stare care-i conferă chipului ei această fascinantă expresie reprezentată perfect de statuile din templele hinduse şi ilustraţiile lui Paule Messiant.

Toate răspândesc o seninătate fericită şi, paradoxal, o intensă viaţă interioară. În spatele pleoapelor închise sau prin ochii larg deschişi, fiinţa priveşte în sine şi, dincolo de sine. contemplă o altă lume.

Nu există, aşadar, femei urâte, nu există decât femei ale căror trup şi suflet n-au fost bine dezmierdate. Totuşi, două lucruri pot urâţi feminitatea: urâţenia interioară — agresivitatea, anxietatea, cupiditatea. Dar şi aceste „defecte” trebuie mai degrabă îndreptate decât blamate — şi neglijenţa; fiecare

fiinţă umană are datoria de a se înfrumuseţa, de a se pune în valoare. Şi nu este o chestiune de bani, ci de voinţă. O siluetă agreabilă şi o ţinută armonioasă sunt rodul unui efort zilnic. Chipul, părul trebuie zi de zi îngrijite, împodobite cu rafinament; trupul, ca şi gura, nu trebuie să exale decât mirosuri naturale

proaspete. Cât despre îmbrăcăminte, nu toate femeile îşi pot oferi haine de lux sau şic; dar toate pot avea un „look”; toate pot evita mediocritatea. Nu există femei urâte, ci numai femei neglijente

.În această privinţă, permiteţi-mi să adaug câteva rânduri referitoare la femeile ce-mi sunt dragi: femeile plinuţe, dacă nu chiar, uneori, obeze. Din cauza tiraniei supleţei care bântuie şi a rasismului antigrăsime care o însoţeşte, ele îşi detestă propriul trup. Unele mi-au mărturisit că nu mai îndrăznesc nici să se privească într-o oglindă, nici să se dezbrace în faţa soţului. Fapt cu atât mai trist cu cât femeile grăsuţe nu sunt adesea responsabile pentru greutatea lor, aşa cum am arătat într-o lucrare precedentă (42). De fapt, sunt victime ale unei dereglări metabolice a cărei principală cauză este o mare anxietate şi puternice contrarietăţi.

Dar aceste femei să-şi aducă aminte de faptul că, dacă bărbaţii preferă femeile subţirele, ci se-ntorc acasă la cele plinuţe, căci acestea din urmă sunt mai senzuale, iar opulenţa formelor, simbol al feminităţii şi maternităţii, împlinesc fantasmele masculine. Dezmierdările sunt şi pentru ele.

Chiar dacă cineva se dovedeşte a fi mai libertin, chiar dacă trăieşte cândva vreo aventură, există întotdeauna o clipă-n care îşi întâlneşte sufletul în vreun ascunziş al fiinţei. Deja, doar dacă n-are a face cu vreo prostituată, are nevoie, vorba cântecului, de multă salivă pentru a separa câteva grame de nailon de cincizeci de kilograme de carne. Apoi, chiar dacă îşi dorea o aventură pur fizică, nu va putea scăpa de propria-i fiinţă, ce nu poate fi despărţită de trup, de organele genitale. Căci în jurul sexului, există o întreagă personalitate, cu temerile, visurile, complexitatea sa; mai târziu sau mai devreme, o întâlnim cu toţii. Iată de ce e pasionantă şi, adesea, fericită carnea pe care nu doar unul o numea tristă: gustul de cenuşă de după actul sexual nu este perceput decât de-aceia care n-au aprins decât focul de paie al plăcerii. Carnea este bucuroasă, iar flăcările îşi continuă dansul jucăuş pentru aceia ce iubesc femeia şi sufletul ei.

Iar dacă voiţi ca mângâierile cu care dezmierdaţi pielea să aibă vreun sens, vreo intensitate, vreo căldură, sufletul

acesta va trebui să-l mângâiaţi
.*Capitolul 21* **Iubirea de mâine**

Cuplul uman nu este doar o adunare, este o înmulţire, nu este doar o unitate, ci o totalitate. Ca nicio altă relaţie posibilă între oameni, împreunarea senzualităţii lor îl transformă într-un „mare tot" pe măsura universului. Or, ce vedem? ce înţelegem?

Potrivit diverselor anchete, femeile suspină: „Bărbaţii nu ştiu să ne mângâie trupurile; ne pun dintr-odată mâna pe sex; şi nici măcar nu ştiu să-l dezmierde mai bine, nu-l ating decât pentru a-l penetra. Să ne mângâiem singure, nimeni nu te poate satisface mai bine decât o faci tu însăţi!" Anumite femei merg chiar mai departe: „Să ne mângâiem între noi, nimeni nu ştie mai bine decât o femeie ce-i place unei femei".

La rândul lor, bărbaţii se lamentează că femeile se duc direct la ţintă — membrul —, neluând în seamă chipul şi trupul; unii trebuie să-şi aline nevoia de mângâieri alături de profesioniste interlope sau alţi bărbaţi. Astfel, umanitatea rămâne spartă în două fragmente.

Printre problemele pe care şi le pun locuitorii Pământului, cele mai multe vor fi rezolvate în secolele următoare prin progresele

tehnicii: foamea, boala, energia. Altele, care ţin de un progres psihic şi etic, vor avea nevoie de mai mult timp pentru a-şi găsi vreo soluţie: violenţa şi războiul. Dar ce se va-ntâmpla oare cu această problemă fundamentală: relaţiile dintre cele două jumătăţi ale umanităţii, între femeie şi bărbat?

Oamenii se apropie unii de alţii în trei circumstanţe: pentru a coabita — iată cetatea; pentru a lucra — iată întreprinderea; pentru a *se* iubi — şi acesta-i cuplul. În coabitare

şi colaborare, fiinţele umane se obişnuiesc unele cu altele. În cuplu, raporturile, mai dense, sunt şi mai dificile; căci cele două fiinţe merg cât mai departe cu putinţă în cunoaştere, acceptare, adaptare a celuilalt şi dăruire de sine.

Iubirea şi dorinţa sunt forţa de atracţie care uneşte nucleii existenţiali. Cuplul evoluează întotdeauna intre fuziune şi fisiune. Pentru ca fuziunea să fie mai puternică, poate că trebuie să regândim sexualitatea.

Patru mii de ani de civilizaţie iudeo-creştină au ţintuit de pat stăpânul şi sclava (chiar şi atunci când aceasta devine metresă), masculul omnipotent şi fecioara întotdeauna blândă. De mai bine de patru mii de ani. ambii joacă nişte roluri impuse de contextul socio-cultural.

Femeia de-odinioară, fiinţă inferioară, trebuia să fie fragilă, sensibilă, sentimentală, tandră, pudică, pasivă, fără satisfacţii sexuale şi fidelă. Bărbatul de altădată, fiinţă superioară, trebuia să fie puternic, autoritar, insensibil, nici sentimental, nici tandru, întreprinzător, activ, să aibă satisfacţii sexuale şi putea să fie infidel.

Scopul relaţiilor sexuale era juisarea bărbatului prin penetrare şi ejaculare (a penisului în vagin). Femeia era un receptacul întotdeauna dorit, nu mereu respectat, prea puţin interesat; puţin sensibilă prin fire şi erotismul fiindu-i interzis, ea putea să primească doar câteva rămăşiţe de plăcere, dar orgasmul ii era inaccesibil.

Dar a venit revoluţia sexuală a anilor 1960: femeilor li se recunoaşte faptul că simt plăcere şi că pot chiar să aibă pretenţii la orgasm. Totuşi, rămân pasive. Neapărat expert în materie şi învăţat încă de la naştere, masculul conduce balul; are rolul de a-şi satisface partenera şi de a-i oferi orgasmul. Bărbatului i se cere să înfăptuiască minunata ispravă de a-şi aduce partenera pe culmile plăcerii în cinci minute şi de fiecare dată...

În anii 1970, bărbaţii, aflaţi la capătul puterilor, sfătuiţi de psihologi şi sexologi, au declarat femeia responsabilă pentru plăcerea şi orgasmele ei. Dacă nu ajunge la plenitudinea

senzuală, înseamnă că este blocată; în acest caz, să consulte specialişti care vor şti să-i ofere ajutorul necesar.

În anii 1980, înfruntarea încetează, începe fuga. Femeii de altădată îi urmează o femeie de tranziţie, al cărei prototip este femeia din California: această amazoană divorţează, îşi ia un serviciu cu jumătate de normă şi-şi consacră cealaltă parte a zilei cultului propriului trup. Muşchii ei ajung să semene cu cei ai unui bărbat prin aerobic şi *bodybuilding*; masculinizată, se poate lipsi de masculi; dacă îi vine cheful să facă dragoste, agaţă, apoi pleacă, fără să se-ntoarcă, la serviciu şi la draga-i musculatură. Bărbatul îşi pierde busola; avea obiceiul să culeagă fructul şi să arunce coaja; acum, el este cel luat şi-apoi abandonat. La început, penisul lui se refuză: iată impotenţa; apoi, proprietarul este acela care o ia ia fugă, îngrozit. Şi temeri ancestrale faţă de femeia devoratoare de bărbaţi renasc. Umanitatea este pe cale să se rupă-n două şi încă în mod radical.

Din fericire, creierul nostru veghează: atâta vreme cât vor mai exista bărbaţi, vor fremăta în faţa femeilor; atâta vreme cât vor mai fi femei, se vor înfiora în faţa bărbaţilor. În jurul minunatelor noastre instincte, totul se poate redistribui. Radicalii şi marginalii fac societăţile să progreseze; ne vom întoarce la excesele de-acum, dar nu şi la greşelile de altădată. O femeie nouă şi un bărbat nou se vor naşte şi va apărea o nouă formă de sexualitate. Pentru aceasta, fiecare trebuie să devină ceea ce este.

Bărbatul este cel care trebuie să se schimbe cel mai mult: bărbatul nou îşi acceptă *anima,*

această parte
feminină, atât de
bogată,

personalităţii sale. Are dreptul de a fi sensibil, sentimental, vulnerabil; are dreptul de a fi tandru; şi dreptul de a cere şi de a primi; dreptul de a nu se excita, de a nu penetra şi de a nu ejacula. Are dreptul să mângâie şi să fie mângâiat. Nu este obligat să aibă întotdeauna iniţiativa, să ştie totul, să facă totul, să-i reuşească totul. Căci bărbatul trebuie reumanizat.

De altfel, femeia nouă vrea să aibă de-a face cu o persoană adevărată, capabilă să simtă, să se exprime, să-şi împărtăşească emoţiile şi nu cu un bărbat ascuns şi blindat de virilitate. Aceste dispoziţii sunt, poate, indicate pe un teren de rugby sau în jungla afacerilor, dar nu în luntrea iubirii. Femeia vrea un prieten capabil să simtă, să se minuneze, să se distreze, să tachineze şi să-şi acorde răgazul de a fi senzual.

Femeia nouă îşi lasă *animus*-ul să iasă la iveală: este activă, are iniţiative, inventează dezmierdări: are dreptul de a cere şi de a primi plăcere; nu este obligată să accepte sau să solicite sistematic penetrarea. Femeia nouă nu se mulţumeşte să fie disponibilă, nici chiar să reacţioneze, ci acţionează. Rolului din ce în ce mai important al femeilor în societate îi corespunde un rol mai de anvergură în activitatea senzuală.

De fapt, pe bărbaţii de tip nou îi bucură emanciparea sexuală a femeii şi înscăunarea egalităţii sexuale. Această evoluţie îi eliberează de rolul apăsător de *leader* şi de excesiva şi exclusiva lor responsabilitate. Noul comportament senzual se bazează pe colaborare şi reciprocitate a plăcerii şi a acţiunii.

Drepturile şi îndatoririle fiecărui sex sunt egale, căci nevoile sexuale şi sexele sunt egale: dreptul la plăcere, la dezmierdări şi la dorinţă; îndatorirea de a asculta, de a fi activ şi de a satisface. Regăsindu-şi şi asumându-şi adevărata natură, eliberaţi de artificii, de piedici, de rolurile impuse de societate, femeia şi bărbatul îşi vor regăsi asemănările într-ale senzualităţii, afectivităţii şi spiritualităţii: se vor recunoaşte, se vor înţelege şi se vor simţi mai aproape unul de celălalt.

Trebuie oare să ne temem de uniformizarea sexelor şi de pierderea complementarităţii? Şi, prin urmare, de neutralizarea

interesului unuia faţă de celălalt? Egalitate şi asemănări nu înseamnă similitudine. Căci. Între sexe. vor exista întotdeauna diferenţe fundamentale pentru a le apropia: acestea sunt particularităţile biologice, morfologice, senzuale şi psihice care creează atracţia dintre fiinţe, asigură funcţionarea libidoului şi realizează complementaritatea structurilor organice şi psihologice.

Nemaifiind un macho, bărbatul trebuie să rămână În mod autentic viril; o forţă musculară, care să nu excludă delicateţea, o tărie de caracter care să-şi asume slăbiciunile şi să renunţe la autoritarism, , o ardoare senzuală care să nu-l împiedice să fie stăpân pe propria-i erecţie şi ejaculare, un control al emoţiilor care să nu-i interzică sensibilitatea. Trebuie ca bărbatul de tip nou să găsească o dreaptă măsură intre ale sale *animus* şi *anima*.

Noua femeie trebuie şi ca să menţină echilibrul dintre ale sale *anima* şi *animus*; bărbatul are mai multă nevoie de a fi feminizat decât femeia de a fi masculinizată; lumea, dominată vreme de milenii de masculi — o lume a violenţei şi a exploatării —, nu este un exemplu demn de urmat. Tot ceea ce eliberează şi împlineşte femeia este un progres; tot ceea ce o masculinizează este o aberaţie. Desigur, prevenite fiind de Simone de Beauvoir. femeile nu mai trebuie să-şi reducă la tăcere senzaţiile şi sentimentele, plăcerea şi iubirea; mult prea adesea prinse în capcana simţurilor, femeile se îndrăgostesc prea repede şi se regăsesc mai apoi părăsite. Byron şi-ar putea afla dezminţirea — J „Pentru bărbat, iubirea nu-i decât o parte a vieţii, pentru femeie, este viaţa în întregime" — nu cerându-le femeilor să-i maimuţărească pe bărbaţi, ci bărbatului să acorde mai multă importanţă iubirii.

Este de dorit ca femeia să înveţe să nu se mai încreadă în propriile-i sentimente şi să se bucure în deplină libertate de trupul ei; căci dac-ar copia cinismul bărbaţilor, unde-ar fi atunci progresul? În general, femeile nu progresează imitându-i pe bărbaţi. Da. bărbatul

yj Tratat dtmingâKfi
Dr.C¿rriÜira yj

este acela care trebuie să se schimbe redevenind el însuşi. Dacă „femeia este viitorul bărbatului", este şi acela al umanităţii numai iiindu-i pildă.

Dezmierdarea, feminizând iubirea, aduce o notă de blândeţe în toate relaţiile dintre oameni. Fiind deja, în ea însăşi, o comunicare — nonverbală —, va induce în plus un dialog mai amplu intre sexe; ea obligă la o ascultare atentă cu ochii, urechile, mâinile, corpul întreg, a dorinţelor şi reacţiilor fiinţei iubite; şi la o supunere pentru a-i satisface cât mai bine cu putinţă nevoile senzuale. Astfel, ea învaţă să-i asculte şi să-i înţeleagă confidenţele, să-i răspundă nevoilor sale afective. .Cine tace moare nespovedit', spune proverbul. Multe cupluri trăiesc drama de a-şi vedea senzualitatea inglodându-se şi agonizând fiindcă nu comunică. O falsă ruşine de a nu părea prea senzual, teama de a nu-l vexa pe celălalt sau de a nu fi înţeles, un romantism de operetă impun tăcerea. Astfel, se adună insatisfacţii şi ranchiune; astfel, se instalează dezinteresul pentru senzualitate şi amara resemnare. Dimpotrivă, cel care cere primeşte şi este satisfăcut. Iar cel care ştie ce vrea celălalt, nefiind obligat să-i descifreze dorinţele sau să-i cxtorcheze voile. poate să se destindă şi să se simtă bine. Şi ambii îşi află împlinirea.Bărbaţii, eliberându-se de vechile lor prejudecăţi şi de complexul de macho. Îşi vor oferi bucuriile de a da şi de a primi mângâieri şi Ic vor dărui prietenelor lor. Femeile, de-abia ieşite din pasivitate, vor trebui să evite „complexul gheişei" şi „complexul obiectului" care Ic interzic, în numele unui anumit feminism, să fie folosite una «irept maseuză. cealaltă drept bibelou. Şi vor mai trebui să ştie că, într-un cuplu de tip nou, nimeni nu este nici servitor, nici obiect. Dezmierdarea le permite unora şi celorlalţi să-şi asume adevărata lor natură, tandreţea instinctivă, diberată de orice deformare şi amputare; şi să guste momentele privilegiate de abandon. Mângâierea este .inti-sexistă, căci femeia şi bărbatul sunt, în cadrul ei, maeştri în egală măsură; în egală măsură răspunzători pentru iniţiative, desfăşurare şi creativitate, femeia şi bărbatul sunt, în cadrul ei, fără deosebire, cel care oferă şi cel care primeşte.

Mângâierea eliberează cuplul de „specializarea muncii în pat" şi de obligaţii; bărbatul nu mai are datoria de a conducecu-

ndemânare manevrele, de a se excita la momentul oportun şi de a atinge anumite performanţe. Femeia nu mai trebuie să se mulţumească să urmeze îndeaproape acţiunea bărbatului şi să se chinuiască să-l recompenseze pentru tăria erecţiei sale printr-un frumos orgasm. Unul sau cclălal'. poate începe mângâierile, le poate înlânţui, varia, inventa, înceta. Mângâierea înseamnă libertate.

Dar este anti-sexistă şi pentru că nu înseamnă efracţie, posesie, violentă, ci recunoaştere, creaţie, blândeţe. A mângâia, a îmbrăţişa nu se reduc la simţirea unei plăceri; înseamnă admiraţie, valorizare, narcisizarc a trupului şi a fiinţei.

Dezmierdările lărgesc câmpul senzualităţii. Pentru a putea mângâia, este necesar ca creierul nostru superior (cortexul), cel al umanizării şi al raţionalizării, să păstreze controlul asupra creierului arhaic — cel al instinctelor —, dar nu pentru a le stinge, căci ele sunt tot ce avem mai adevărat în noi, ci pentru a l; oferi o paletă mai v£stă de împlinire. Dacă, în loc de a căuta dintr-odată îndestularea prin coit, ne acordăm răgazul de a explora în amănunt senzualitatea de a ne interesa îndelung de toate semnalele sexuale, de toate suprafeţele erogene, înmulţim influxurile emoţionale şi ne hrănim forţa pulsională.

Mângâind cu ochii pupilele, cu buzele sânii, cu mâna şoldurile, ne delectăm cu semnale sexuale şi întreţinem vibraţiile creierului nostru Instinctul nu ne oferă decât un comportament şi o plăcere stereo'.ipe; erotismul ne prezintă o bogăţie infinită de atitudini şi, prin urmare, de senzaţii. Şi fiindcă suntem oameni, .rebuie ca sexualitatea noastră să difere de cea a galinaceelor.

Nu există o împlinire senzuală optimă fără o participare afectivă mai mare sau mai mică. Femeilor, ca şi bărbaţilor, le este foame

de tandreţe, această dorinţă a inimii. Atât unii cât şi ceilalţi caută în contopirea trupurilor atât exaltarea afectivităţii lor, cât şi exaltaiea simţurilor lor. Vor să fie iubiţi, dar şi mângâiaţi.

Cu excepţia unor Don Juani şi amazoane, cele mai multe hinţe umane vor ca aceia care le iubesc trupurile să le arate sentimente adevărate şi respect; occidentali obişnuiţi cu această

dihotomie suflet—trup, noi vrem întotdeauna să facem diferenţa intre ceea ce este afectiv şi ceea ce este strict senzual Dar în van am incerca să disociem sufletul ce piele în această nevoie crescândă de a lua pe cineva în braţe, de a-l mângâia şi de a se lăsa mângâiat; este o nevoie, a întregii fiinţe, de alinare, de comuniune şi de re-creaţie.

Un val de eliberare a trecut peste sexualitate; tabuurile şi miturile care o oprimau şi o deformau trebuiau înlăturate. Dar diferite grupuri şi-au însuşit această sexualitate proaspăt slobozită: afaceriştii au degradat-o; pornografia câştigă de pe urma cărnii greutatea-; în aur. Medicii au banalizat-o, sexologia transformând plăcerea într-o funcţie cum este respiraţia sau digestia. Materialiştii au făcut-o aseptică; iată sexul-sport, care consideră plăcerea o activitate igienică din care sunt excluse sentimentele. Iubirea zisă fizică s-a mutat din confesional în cutia cu medicamente sau gimnaziu.

Comercializaţi sau medicalizată, sexualitatea s-a strâmtorat la organele genitale, adică la câţiva centimetri pătraţi de piele, deşi întreaga suprafaţă cutanată e parte din aceasta. Deculpabilizată sau demistificată, s-a desacralizat şi restrâns la statutul de corp-obiect, deşi în ea apare şi sufletul.

Prin dezmiercare, opera de artă care umanizează materia, sexualitatea cuprinde întregul trup şi-şi regăseşte adevărata dimensiune. Această sexualitate glorificată este senzualitatea. Este rodul tandreţei, al sensibilităţii şi al inteligenţei. Ea preaslăveşte trupul.

Acest corp glorios este nu doar unealta nespusului, ci este locul preaspusului. Limba), desigur, dar şi

scară somptuoasă a
transcendenţei. Căci
în faţa trupului
dezvelit al femeii,
fermecată de
mângâiere, în faţa
acestui celălalt el
însuşi, răpit de
juisare, niciun bărbat
nu se poate sustrage
acestei escapade spre
infinit care-i străpung
noaptea, cum razele
de soare o fac prin
ploile de aprilie

.IV.

Capitolul 22 Fericirea trece prin piele

Dr.G6ar4l*fc* 329

Ascultându-mi pacientele şi pacienţii sau persoanele care au asistat la conferinţele mele, citind numeroase scrisori care mi au fost adresate, am înţeles încă şi mai bine importanţa simţului tactil în viaţa fiecăruia.

Reacţiile pacienţilor

Primele persoane care mi-au împărtăşit gândurile lor în privinţa *Tratatului de mângâieri* au fost, bineînţeles, pacienţii şi pacientele mele; şi au continuat s-o facă în anii ce-au urmat. Clientela mea fiind formată 80% din femei, am cunoscut, prin urmare, mai ales reacţiile feminine. Ele, care-mi încredinţau cu uşurinţă suferinţele inimii lor, au devenit încă şi mai încrezătoare. Unele au vrut să-mi confirme importanţa atingerii relatându-mi povestea lor.

Doamna M.. 37 de ani: .Acum câteva săptămâni, am suferit de-o vaginită. Ginecologul mi-a recomandat să nu am niciun fel de raporturi sexuale, nici chiar cu prezervativ — căci acestea, deşi apără de microbi, nu împiedică iritarea cauzată de frecări —, până la vindecare. Atunci, soţul meu. spre marea mea uimire, a început să-mi mângâie întreg trupul, din cap până-n picioare. Era aşa de bine, încât nu-mi părea cine ştie ce rău că nu mai pot face dragoste. Totuşi, mă temeam că o să înceteze cu dezmierdările atunci când, din nou, am fi putut avea raporturi sexuale. Din fericire, a continuat s-o facă. Binecuvântată fie acea vaginită!"

Domnişoara L, 21 de ani: „Aveam o mastoză (este o afecţiune dureroasă a sânilor). Am cunoscut atunci un băiat care îmi mângâia bine. foarte bine chiar, tot corpul şi mai ales sânii. Mastoza a dispărut. Apoi, m-am despărţit de-acel băiat şi am avut un alt prieten, dar acesta din urmă nu mă mângâia. Am făcut iar mastoză. Tocmai m-am împăcat cu primul meu prieten şi m-am vindecat din nou. Acum. avem de gând să ne mutăm împreună."

Doamna T., 47 de ani: „Soţul meu. meşteşugar, este împovărat de griji (impozite, plăţi, neplăţi, restricţii bancare ctc.). Nu se gândeşte la nimic altceva, nu vorbeşte despre nimic

altceva. Aşa că nu-i mai stă mintea la dragoste: au trecut deja câteva luni de când nu m-a mai răsfăţat. Adesea, îi spun: «Mai uită şi tu de grîji câteva clipe, lasă-te în voie, eu am nevoie de tine şi ţie o să-ţi facă bine; hai, vino, o să te-ajut să te destinzi». Dar nici nu vrea s-audă. Atunci, mi s-a luat de toate şi m-am hotărât să-mi iau un câine, cineva care s-ar lăsa mângâiat şi care mi-ar întoarce dezmierdările."

Am făcut o apropiere între această declaraţie şi o informaţie pe carc-am auzit-o chiar în dimineaţa aceasta la radio: în Franţa, există opt milioane de pisici şi tot atâţia câini. Să existe oare şaisprezece milioane de fiinţe care nu au parte de mângâieri?

Uneori, povestea este şi mai amară. Doamna D., 55 de ani: „După ce oprim televizorul, facem dragoste în felul următor: soţul meu, fără să-mi spună o vorbă, se caţără pe mine. Îşi dă drumul în câteva
Dr.GfortfldN IP
minute, apoi coboară, tot fără vreun cuvânt, îmi întoarce spatele şi adoarme. Face dragoste ca o vrabie. Când i-am atras atenţia că nu rezistă prea mult, mi-a replicat: «Aşa-s bărbaţii». Nu-i de mirare că, de mai bine de treizeci şi cinci de ani, credeam că aşa sunt toţi bărbaţii. Acum, după ce v-am citit cartea, ştiu că lucrurile stau altfel. Cum să-l fac să accepte?"

Doamna H., 60 de ani: „N-am avut niciodată parte de mângâieri, aşa că mi s-a făcut o teribilă lehamite atunci când v-am citit cartea: n-am putut s-o termin. Dar am cumpărat trei exemplare, câte unul pentru fiecare dintre copiii mei, pentru ca ei să nu-şi rateze viaţa."

Doamna L., 50 de ani: „În urma unei arterite, soţul meu a rămas impotent. Prin urmare, nu mai facem dragoste. Dar m-aş lipsi de raporturile sexuale dacă măcar m-ar lua în braţe. Iată însă că nu m-a mai îmbrăţişat de mai bine de trei ani, nici măcar nu m-a mai atins."

Multe femei mi-au mărturisit că această carte le făcuse să nu se mai simtă vinovate. Înainte de a o citi, practicau anumite tipuri de mângâieri sau aveau anumite dorinţe, dar le era ruşine din cauza lor. După, le-au pus în practică simţindu-se mai bine faţă de ele insele sau, mai mult chiar, întru totul frumoase. Faptul acesta a fost un alt izvor de bucurie pentru mine. Căci

întotdeauna am crezut, ca şi Paul Giraldy, că „în iubire nu există păcat, nu există decât greşeli în materie de gusturi". Unul dintre scopurile mele era tocmai acela de a reconcilia sexualitatea şi frumuseţea interioară.

În sfârşit, cele mai multe dintre femei au deplâns faptul că soţul lor refuză să citească *Tratatul*. Unii pretindeau că „ştiu totul şi nu au nevoie să citească o carte", deşi soţia frustrată nega această pricepere. Alţii, fără să fi deschis măcar cartea, o respingeau sub pretextul că este „pornografică". Aceste păreri, deloc întemeiate, mi-au atras atenţia. Foarte repede, m-am gândit că revelează teama pe care bărbatul o nutreşte faţă de femeie şi faţă de propria-i feminitate interioară. Reflecţiile şi munca de documentare pe care le-am întreprins de-atunci mi-au confirmat supoziţiile, ceea ce m-a determinat să scriu *Le Mâlc Peur*.

Şi, că veni vorba, care au fost reacţiile bărbaţilor? înainte de publicarea *Tratatului*, singurele confidenţe pe care mi le făceau se refereau la tulburările lor de erecţie, ca şi cum problemele pe care le-ar fi putut avea cu soţia se reduceau la acest fapt După apariţia cărţii, unii bărbaţii, dintre care câţiva îmi păreau totuşi „înguşti" sau deloc interesaţi de subiect, s-au deschis. Mi-au descris felul în care le place să fie mângâiaţi; au fost unii care chiar s-au plâns că partenera lor nu-i dezmierda îndeajuns; şi ei se simţeau frustraţi. Cu toate acestea, în ansamblu, bărbaţii au rămas rezervaţi.

Mărturii în timpul conferinţelor

E atât de reconfortant să vezi că într-o sală în care se vorbeşte despre mângâieri s-au adunat o sută sau patru sute de persoane! Iar umanitatea nu-i încă pe vecie pierdută din moment ce aceste persoane au ales să părăsească televizorul sau orice altă ocupaţie debilitantă numai ca s-audă vorbindu-se despre tandreţe. Titlul era cel mai adesea: „Mângâierea: o plăcere, un limbaj, o terapie". La sfârşitul prelegerii, avea loc o discuţie, care era întotdeauna pasionantă şi care se prelungea adesea. După discuţii, femeile care nu îndrăzniseră să vorbească veneau să-mi mărturisească anumite lucruri şi să-mi ceară sfaturi. Când mă gândesc la toate aceste fiinţe, mi-e inima plină de căldură. Aş vrea ca prin aceste rânduri să le arăt afecţiunea mea.

În anii '8o, auditorii erau în proporţie de 80% femei şi doar ele puneau întrebări sau veneau să-mi vorbească. După anii

'90, bărbaţii au început să se mişte: reprezintă acum 50% dintre auditori şi 50% dintre cei care pun întrebări... dar încă nu vin să se dcstăinuiască.

Or CAwrfWru]]]

Scrisorile

Vă împărtăşesc aceste scrisori nu pentru laudele pe care le conţin, ci pentru că sunt mărturie pentru ceea ce simt şi aşteaptă oamenii: cât de importante sunt mângâierile şi tandreţea pentru armonia cuplului, cât de important este ca fiecare să-şi lase *anima* să se împlinească, această parte feminină prezentă atât la bărbat, cât şi la femeie, cât de important este să-l asculţi pe celălalt.

Doamna B.: „Mi-a plăcut foarte mult cartea dvs. Este pentru prima oară când aud un bărbat vorbind aşa de frumos despre plăcere şi despre femeie. Este o reabilitare a trupului-plăcere, este un omagiu tandreţei-mângâieri, este o odă închinată frumuseţii, vieţii, bucuriei. Este o invitaţie la fericire, la senzualitate, la deliciile firii. Vă mulţumesc pentru aceste bulversante clipe de lectură."

Domnul D.: .Am 30 de ani. îmi permit să vă scriu pentru a vă spune ceea ce am simţit încă de la primele pagini ale *Tratatului de mângâieri:* am plâns. Ca bărbat, poate că nu trebuia să o spun, dar îmi face bine, căci cu cred că bărbatul are tot atâta profundă tandreţe, sinceră şi dezinteresată, ca şi femeia.

Trebuie să vă spun că m-am uitat de două ori ca să ştiu cine este autorul cărţii. Am fost foarte uimit, dar fericit, să văd că este un bărbat. Dar trebuia oare să fiu astfel? Trăim într-o lume machiavelică. Şi e oare o utopie să-ţi doreşti o lume mai feminină, cu mai multă tandreţe, amabilitate, afecţiune, generozitate: o lume mai altruistă. Toate calităţile pe care eu încerc din răsputeri să le ofer."

Doamna L.:

„Dragă domnule şi prieten,

Permiteţi-mi să vă spun astfel. Căci mă simt întru totul de acord cu ideile cuprinse în atât de frumosul text pe care l-aţi scris. Evident, ca femeie, nu pot să le înţeleg decât instinctiv. Dar sunt aproape uluită, trebuie s-o spun, că un bărbat a putut parcurge acest drum atât de complex prin sensibilitatea şi senzualitatea feminine, într-adevăr, sunt pe deplin de acord cu dvs. atunci când afirmaţi că şi în bărbat există această polaritate

feminină şi că bărbatul total, cel al mileniului trei, va fi acela care va reuşi să o dezvolte.

Şi fiindcă şi cu am putut să pătrund în străfundurile sufletului celorlalţi, am ajuns la concluzia că numai o femeie poate să-l ajute pe un bărbat să înţeleagă ce aşteaptă, dar cu multă răbdare, blândeţe şi tandreţe, calităţi pe care noi. femeile, le-am cam uitat în timpul revoltelor noastre feminine de după '68: eu însă, încerc din răsputeri să le redescopăr şi să-l fac şi pe soţul meu să le redescopere.

De altfel, mă gândesc că pentru cuplurile actuale nu mai există alte soluţii. Unora li s-a luat de divorţ şi vor reuşi până la urmă să înţeleagă că în dialog — o adevărată comunicare, un schimb profund — se află rezolvarea pozitivă enormei dificultăţi pe care o reprezintă viaţa în doi. În această privinţă, cartea dvs. este preţioasă, căci o face pe femeie să provoace această tandreţe în bărbat, ceea ce noi nu mai ştim să facem aproape deloc, tot aşteptând un bărbat ideal şi fiind mai dornice de a lua decât de a oferi. Dar lumea noastră de consum a dezvoltat un formidabil egoism care este cauza tuturor eşecurilor noastre.

Dvs. aduceţi o nouă lumină asupra complexităţii nevoilor fiinţei de a trăi în armonie cu celălalt. Iar faptul acesta necesită mai multă răbdare şi înţelegere. Şi acceptarea realităţii sale. Personal, eu nu mai cred în acel *alter ego* (celălalt cu), am învăţat să iubesc o fiinţă fantastic de diferită. Însă iubirea nu este oare plămădită din toate aceste mici daruri cotidiene? Soţul meu — puţin cam macho, foarte sârguincios când trebuie să-şi ascundă rezervele de tandreţe, străduindu-se din toate puterile ca nu cumva să-i scape, mi-a mărturisit, pe când citea cartea dvs., că este cea mai frumoasă pe care a citit-o vreodată.

Astfel, să ne petrecem toată viaţa învăţând să-l iubim pe celălalt. Dumnezeule, cât e de greu! Iată de ce îmi doresc ca această carte, care le este de folos celorlalţi, să fie citită cât mai mult.”

Doamna H.: „Am citit deja multe lucrări referitoare la acest subiect. Totuşi, mi-a plăcut teribil felul în care îl prezentaţi... Foarte

Dr.OrofdWm]JS

estetic, niciodată vulgar, în niciun caz pornografic, dcloc afectat, un stil nou. Mi-a plăcut faptul că, dincolo de inevitabila tehnică,

aţi vizat iubirea şi tandreţea. Şi mi-a plăcut acest accent de filosofie orientală.

E chiar destul de surprinzător faptul că această carte a putut să fie scrisă de un bărbat. Într-adevăr, cei mai mulţi bărbaţi sunt atât de neştiutori în ale femeii şi, pe deasupra, mai şi refuză să ştie mai multe. Cel mai adesea, mi se parc că numai o femeie poate realmente să-şi dea seama ce este agreabil pentru o femeie... şi spun toate acestea fără să mă gândesc la vreun context homosexual. Da, sunt uimită şi încântată să citesc, în sfârşit, aceste rânduri scrise de un bărbat care parc să ştie cum «funcţionează» o femeie. Mai mult, în ele se întrezăreşte în filigran o adevărată adoraţie faţă de femeie şi un gust pentru ccca ce este lent, prelungit, voluptuos, care s-ar dori dincolo de timp, nesfârşit. Şi nimic nu este mai plăcut pentru o femeie decât să vadă că arc lângă ca, dacă nu chiar în ca, un bărbat al cărui scop nu este o juisare grăbită şi unilaterală, ci o juisare dorită în doi. împărtăşită.

Oare bărbaţii vor rămâne pentru totdeauna la fel de incompetenţi în faţa femeii sau se vor schimba? Dar. pentru aceasta, ar trebui ca, în locul stupidelor romane poliţiste, să le punem la căpătâi cartea dvs.!"

Numeroase sunt scrisorile în care cititorii îmi spun că *Tratatul* le-a schimbat viaţa. Surprinzătoare putere a scrisului!

Doamna L.: „Cartea dvs. ar trebui să fie cunoscută de marele public. Ar permite o diminuare a numărului de divorţuri carc devine din ce în ce mai neliniştitor."

Doamna T.: „Vă mulţumesc mult pentru că aţi îndrăznit să scrieţi asemenea frumoase adevăruri

care le permit bărbaţilor să înveţe din nou să ne iubească pe noi, femeile, să ne respecte, să ne revalorizeze.

”Doamna B.: „Zilele acestea, ne-am apucat, eu şi soţul meu, să vă recitim *Tratatul de mângâieri*. Este o carte minunată: nu numai că ne ajută şi ne luminează în multe lucruri pe carc de-abia dacă le bănuiam, dar mă bucur că le voi putea da copiilor noştri să citească o asemenea carte. Nu peste multă vreme, căci astăzi au treisprezece şi unsprezece ani.”

Domnul V.: „Trupul meu. mintea mea, inima mea. toate vă mulţumesc de un milion de ori pentru al dvs. *Tratat de mângâieri* şi mai ales pentru capitolul «Mângâierea interioară». Datorită dvs., iată-mă la şaizeci şi şase de ani capabil să-i ofer soţiei melc de patruzeci şi unu de ani mai multe orgasme pe zi. Nici nu se pune problema că le numărăm, nu, pur şi simplu trăim beţia iubirii noastre. Iar toate acestea merită să vă mulţumim de un milion de ori.”

Doamna E.: „Voiam să vă spun cât de mult mi-a plăcut *Tratatul de mângâieri*. L-am citit ca pe un roman, cu pasiune. Iar ceea ce m-a făcut să-mi placă atât este calitatea textului, sensibilitatea cu care vă exprimaţi şi partea rezervată tandreţei.

Am treizeci şi unu de ani. sunt căsătorită de mai bine de zece, iar viaţa mea sexuală era mai degrabă de tipul «lumea a treia». Dar, de când cu cartea dvs., ea devine «o ţară în curs de dezvoltare».”

Doamna C.: „I-am oferit *Tratatul de mângâieri* soţului meu care l-a citit chiar în acea scară, deşi detestă genul acesta de cărţi şi preferă revistele de bridge. *Tratatul* dvs. l-a făcut să descopere multe lucruri a căror aplicare nu a fost decât în avantajul cuplului nostru.

Pentru mine. *Tratatul de mângâieri* constituie cel mai preţios breviar de iubire exemplară, preţios pentru toate căminele. Este, într-adevăr, poezia Iubirii.”

Doamna N.: „*Tratatul* dvs. a picat cum nu se putea mai bine. Suntem încă în tatonări după ce am trăit nişte momente dificile: acum un an, soţul meu era să mă părăsească pentru o femeie de treizeci şi cinci de ani (eu am cincizeci şi doi). Ştiam de multă vreme că tot caută în stânga şi-n dreapta împlinirea sexuală pe care, cu mine, n-o găsea. Am suferit mult şi încă nu-s pe deplin vindecată.

Încercăm acum să creăm ceva nou. Astfel, cartea dvs. este o grozavă gură de aer proaspăt şi de speranţă, ti faceţi pe oameni să-şi dorească să trăiască lucruri simpatice. Este o carte plină de poezie, de fineţe, de delicateţe.”

OrCtnriLtku Jtf

Domnul L.: „*Tratatul de mângâieri* a dat un sens nou vieţii mele. Am optzeci şi doi de ani. Cartea dvs. m-a învăţat atâtea lucruri pe care ar fi trebuit să le ştiu acum şaizeci de ani! Din punct de vedere sexual, am devenit ineficient în urma unei operaţii pentru un cancer de prostată şi a unui tratament chimic. Dar sunt încă un bărbat foarte senzual. Aşa că mă răscumpăr cu mângâierile. Cum femeile sunt mult prea rar dezmierdate aşa cum se cuvine, prea mulţi bărbaţi negândindu-se decât să le aibă în cât mai scurt timp, sunt nebune de fericire atunci când sunt mângâiate în cele mai diverse feluri.”

Domnul B.: „Suntem un cuplu de şaizeci şi patru şi cincizeci şi nouă de ani, căsătoriţi de treizeci şi trei. De-a lungul întregii noastre vieţi sexuale, ne-am confruntat cu o problemă de impotenţă masculină (erecţii prea slabe, absenţa ejaculării) care ne-a împiedicat să avem copii. Din fericire, am rezolvat această ultimă problemă înfiind trei copii. Eram obsedaţi de scopul pe care trebuia să-l atingem, scop care, în mintea noastră, nu putea fi altul decât penetrarea, coitul. Şi cum ajungeam din ce în ce mai

rar În acest stadiu, raporturile noastre sexuale s-au rărit şi ele încetul cu încetul.

Şi s-au rărit atât de bine, încât, de vreo doi sau trei ani, au dispărut cu totul. Stabilisem între noi un echilibru fragil, nu mai îndrăzneam să ne vorbim despre toate acestea, de teamă să nu-l punem în pericol. Trăiam ca nişte buni prieteni, ca nişte confidenţi, dar din ce în ce mai puţin ca iubiţi.

fntr-o zi, am dat din întâmplare peste cartea dvs. *Tratat de mângâieri*. M-a bulversat. I-am vorbit despre ea soţiei mele care, la început, nici n-a vrut s-audă, temându-se tocmai că va pune totul sub semnul întrebării şi că va face mai mult rău decât bine. Apoi, a înţeles că simţeam o dorinţă foarte intensă, dar refulată, de tandreţe şi contacte trupeşti. Cum, în adâncul sufletului, şi ea simţea acelaşi lucru, a acceptat să vă citească lucrarea.

De-atunci, viaţa noastră s-a schimbat cu totul. Şi-acum, când copiii nu mai stau cu noi, când amândoi ne-am pensionat, când ne regăsim astfel faţă în faţă, am aflat din nou bucuria de a fi unul în braţele celuilalt, de a ne spune şi de a ne arăta tandreţea. Ne-am îndrăgostit din nou nebuneşte unul de celălalt.

Iar lucrul acesta dvs. vi-l datorăm. Şi nu putem să trăim această nouă primăvară a iubirii noastre fără să vă mulţumim. Vă mulţumim din inimă. Şi ne dorim din tot sufletul ca lucrarea dvs. să fie citită şi de alte cupluri, cât mai multe cu putinţă."

Domnişoara S.: „Am norocul de a iubi şi de a fi iubită de un bărbat minunat. Între noi, sunt douăzeci şi unu de ani diferenţă, iar prietenul meu este căsătorit. Prin urmare, nu putem să locuim împreună şi să ne vedem atât de des pe cât ne-am dori. De curând, a fost operat de un cancer de prostată şi m-a anunţat că profesorul i-a spus că va rămâne impotent. Strigătul meu din inimă a fost: «N-o să te părăsesc niciodată».

Am trăit cu nebuneasca speranţă că vom continua s-atingem inaccesibila stea. Atât de mult mi-aş fi dorit să-i fac acest dar minunat! Încă nu am reuşit, dar ce contează, important este ca el să trăiască, tl iubesc foarte, foarte mult, şi fac tot ce-mi stă-n putinţă ca să-l ajut, să-i fac viaţa fericită. Acest bărbat are nevoie de multă tandreţe şi iubire, iar soţia lui nu i le-a putut oferi niciodată; aşa este ea. El n-a vrut să divorţeze ca să n-o facă să sufere, căci este un om foarte bun, foarte sensibil.

Aşa că, în ciuda handicapului său, ne-ncercă multă fericire atunci când ne iubim şi nespusă plăcere când ne mângâiem. Iubirea nu se reduce la sex. Pentru mine, sentimentul este foarte important. Iar sentimentul, aşa cum o spuneţi dvs., trece mai ales prin piele."

Doamna C.: „Aş vrea să vă spun cât de mult mi-a plăcut cartea dvs. despre mângâieri. Din păcate, nu am descoperit-o decât la cincizeci şi şase de ani, puţin cam târziu, căci două luni mai apoi soţul meu murea (o operaţie nereuşită pe inimă).

Având trei copii deja la casele lor, i-am cumpărat fiecăruia cartea dvs., spunându-le că este o carte de căpătâi care se citeşte mereu. Sunt încântaţi; aveţi un fel aşa de poetic de a vorbi despre acest trup care nu cere decât să se minuneze şi să vibreze..
Dr. WrordWtt 339

Vă mulţumesc pentru că mi-aţi permis să-i dăruiesc din plin soţului meu toată tandreţea pe care o aştepta de la mine în cele două luni dinaintea morţii sale. Dacă noi n-am «profitat» de ea decât târziu (dar pentru nimic nu este prea târziu)» atunci măcar copiii o vor face, şi încă din plin, pentru fericirea lor."

Doamna F.: „*Tratatul* dvs. mă emoţionează într-atât, încât, deşi încă nu l-am terminat, vă trimit această scrisoare pentru a vă mulţumi că aţi scris «cu vocc tare» ceea ce eu mă învinovăţesc că gândesc în şoaptă. Pentru că am trăit paisprezece ani cu un bărbat bolnav de-o eczemă, am suferit din cauza unei profunde lipse de tandreţe şi de relaţii sexuale pline de căldură. Acum, sunt singură, dar tot cu lipsurile mele.

Cum să nu te înăcreşti, să nu cauţi diverse compensaţii şi s-ajungi să ai fel de fel de simptome (căderea părului, lombalgii etc.) atunci când nu ai prilejul de a fi mângâiat şi de a dezmierda? M-am cufundat în artă (pictura) şi poezie în carc îmi exprim suferinţa. Dar nu-mi este mereu de-ajuns. Durerea este profundă, viscerală, permanentă. Să fii iubită şi să iubeşti cu toată fiinţa ta este fundamental, vital; este cel mai important lucru. Dar, vai!, societatea noastră materialistă, formată din frustraţi care refuză să accepte că sunt astfel, neagă toate acestea.

Vă mulţumesc pentru cartea dvs. care este una dintre acelea ce vor face umanitatea mai bună. Vă mulţumesc din toată

inima şi cu toată pielea care se simte din ce în ce mai «normală», frumoasă şi necesară.”

Reacţii ale credincioşilo

rÎn vreme ce mă aşteptam la o reacţie favorabilă din partea celor progresişti din punct de vedere „politic”, nu mică mi-a fost uimirea să văd cum cartea era excelent primită de acei oameni şi de acele medii numite „conformiste”. Am găsit un neaşteptat acord la nişte persoane militante, ba chiar la preoţi catolici. Spun „neaşteptat” pentru că mă gândesc la îndrăzneţele descrieri ale anumitor mângâieri, dar este adevărat că, ţinând cont de spiritul şi felul în care au fost descrise („înălţare întru trup”), nu puteau să inspire decât respectul celuilalt.

Nu-l voi uita niciodată pe un anumit bărbat care a ţinut neapărat să mă vadă. Era un intelectual rafinat (absolvent al unor universităţi americane, preşedinte—director general al unei importante societăţi) şi un credincios desăvârşit (militant catolic şi rudă cu câţiva membri ai episcopatului). Era un fel de mistic. După ce mi-a împărtăşit blocajele sale sexuale şi trecutu-i trist din punct de vedere senzual, a făcut elogiul *Tratatului* şi a concluzionat: „De-acum înainte, pentru mine, a face dragoste este un act de credinţă!” Ceea ce îmi pare a fi rezumatul perfect al cărţii şi o consacrare a lucrurilor În care cred. În sfârşit, cu cinci mii de ani în urma orientalilor, occidentalii recunoşteau că a face dragoste înseamnă implinirea „Marelui Tot”, fiinţei ultime, unităţii.

Acest bărbat mi-a scris mai apoi: „V-am citit cartea pe nerăsuflate. Este profetică. Alături de *Cântarea Cântărilor* şi operele sfanţului Louis Grignon de Montfort (pentru rolul Mării, primul gând al lui Dumnezeu în istoria umanităţii), aveţi Almanahul bărbatului însurat şi salvat.”

Iată acum ce mi-a scris o cititoare care conduce o revistă de inspiraţie catolică: „V-am citit cartea pe când soţul meu era plecat într-o călătorie. La întoarcerea lui, a fost o sărbătoare! Relaţia noastră amoroasă s-a transformat total. Tabuurile au dispărut. Petrecem îndelungi momente impreună, Într-o deplină

armonie, fără nicio regulă şi fără nicio obligaţie. Mi se pare că incep o a doua viaţă, deşi soţul meu nu mai are mult până la pensie (eu am cincizeci şi şapte de ani, el, cincizeci şi nouă)... Desigur, il dezmierdam, dar fără prea multă imaginaţie şi cu o oarecare reţinere. Am avut nişte părinţi rigizi... Sper că numeroase cupluri vor citi această carte şi se vor

schimba, aşa cum ne-am schimbat şi noi. O să le-o dau şi celor din redacţie...

P.S.: 1. Călugăriţele nu-şi mai înfăşoară sânii În bandaje. Am trei surori care sunt călugăriţe în diferite ordine. Una dintre ele are nişte sâni planturoşi, cealaltă, un piept frumos, iar cea de-a treia nu prea are de ce se mândri, dar aşa-i trupul ei. Asemenea metode erau folosite, poate. în secolul trecut."

Am reţinut.

2. Femeia adulteră nu a fost condamnată de Iisus. Dimpotrivă, i-a spus: „Eu nu te voi condamna".

Aşa este. Îmi cer scuze pentru această greşeală grosolană.

Iată, în sfârşit, extrase dintr-o scrisoare de la un medic sexolog catolic, director al unei asociaţii de ajutorare a cuplului şi a familiilor şi al buletinului acesteia.

„Tocmai am terminat de citit *Tratatul de mângâieri*. Il voi recomanda cititorilor revistei noastre şi o să-l folosesc în cadrul consultaţilor de sexologie, căci sunt intru totul de acord cu concepţia dvs. despre iubire. Pe de altă parte, stilul poetic folosit îmi place în mod deosebit.

Dimpotrivă, îmi exprim dezacordul cu privire la felul în care descrieţi influenţa bisericii... Cu atât mai mult cu cât, în cadrul ei, există şi greşeli.

Pagina 202: condamnabil în actul lui Onan nu este că «se dedă juisării fără obligatoriul coit», ci faptul că încalcă legea Leviratului care ii cere să-i facă un copil femeii lui Er, fratele său mort.

Pagina 203: femeia adulteră este ameninţată cu lapidarea de evreii virtuoşi. Hristos a iubit-o şi nu a condamnat-o. Ba chiar i-a salvat viaţa.

Vă mulţumesc încă o dată pentru ajutorul pe care îl oferiţi în construirea a ceea ce este cel mai frumos lucru de pe

pământ şi care este însăşi imaginea lui Dumnezeu: iubirea dintre un bărbat şi o femeie.”

După un timp, acelaşi cititor, într-o altă scrisoare, îmi spunea:

„Părerea mea că nu trebuie să vă încredeţi în ceea ce spune mass-media despre cuvintele Papei... Prin urmare, să încercăm să nu-i facem un proces de intenţie... Căci nu este în spiritul lui Ioan Paul II să condamne plăcerea... Cred că trebuie să vorbim despre «o anumită concepţie despre morală» care

are căutare prin Biserică, aşa cum şi dvs. o arătaţi (iar eu, la rândul meu. ii constat ravagiile). Cu siguranţă, aceasta nu a fost dorită de Dumnezeu care, după ce i-a creat pe Adam şi Eva sexuaţi şi, aşadar, cu organe genitale (şi tocmai pentru ca ei să le folosească), «a văzut că este bine», potrivit chiar cuvintelor din Facerea.

”Capitolul 23
Răspunsuri la întrebările cititorilor

În afara acestor cuvinte, care confirmau tema *Tratatului,* cititorii mi-au adresat, verbal sau în scris, multe întrebări. Este momentul de a le răspunde mai pe larg.

• Cum explicaţi interesul publicului pentru o carte despre mângâiere?

Setea cititorilor pentru o carte despre mângâieri demonstrează că, în ciuda eliberării moravurilor, emancipării femeii şi apariţiei sexologiei, pe scurt, a triumfului sexului, acestora le lipsea ceva. De fapt, împlinirea sexuală nu este incâ, nici pe departe, universală; de altfel, această constatare este cea care m-a determinat să scriu *Tratatul de mângâieri.*

Sexologia a dezamăgit pentru că abordează sexualitatea într-un chip mult prea îngust. O reduce mult prea adesea la cei câţiva centimetri pătraţi ai organelor sexuale, la felul în carc trebuie împreunate, la modalităţile de a obţine, prin ele, dar cu orice preţ, un orgasm. Ea a creat, astfel, obsesia coitului, cultul poziţiilor, terorismul orgasmelor.

Dr.CtordWfu MS

Or, corpul omcncsc mai înseamnă şi 18 000 cm' de piele în care 1 500 000 de receptori aşteaptă să fie atinşi. Femeile şi bărbaţii au şi un chip, un spate, picioare etc. Dacă relaţia fizică se restrânge la organele genitale în loc de a se extinde la toată suprafaţa trupului, ea nu poate duce decât la insatisfacţie. Invers, atunci când schimbul cuprinde întreg corpul, rezultatul este o reală stare de bine, izvor de armonie între iubiţi. Pe scurt, fericirea!

Mângâierea ne eliberează din ghetoul unei sexualităţi grosolane pentru a ne permite accesul spre senzualitate, domeniu subtil şi nemărginit; căci, dincolo de simţul tactil, toate simţurile participă la aceasta: văzul, gustul, mirosul. Ne regăsim în erotism, în cea mai vie şi mai strălucitoare formă a sa, în cel mai frumos şi mai creativ sens al său. Erotismul ca artă de a imagina la nesfârşit şi de a rafina emoţiile prea pline de plăcere.

De asemenea, mângâierea îi conferă relaţiei amoroase o dimensiune afectivă autentică. Ea este cea mai bună mărturie a afecţiunii pe care o simţim pentru fiinţa iubită. De altfel, cele mai des întâlnite nemulţumiri se referă mai mult la lipsa de tandreţe decât la deficienţele de tehnică sexuală. Căci cea care creează insatisfacţia este nu atât incompetenţa sexuală, cât carenţa afectivă. Să ne amintim de cuvintele lui Louys: „Iubirea omenească nu se deosebeşte de stupidul rut al animalelor decât prin două divine funcţii: mângâierea şi sărutul".

O altă cauză a decepţiei provocate de sexologie: ea a contribuit la banalizarea şi, prin urmare, la devalorizarea iubirii. Or, o plăcere privată de componenta sa sufletească este o plăcere săracă. „Trebuie să spunem, scria Marguerite Yourcenar, că în Occident, iubirea nu a fost niciodată o plăcere sacră. Era un păcat sau un sentiment". În zilele noastre, din păcat iubirea tinde să se transforme într-o gimnastică, cu ajutorul contextului materialist; or, tocmai că mângâierea, prin subtilitatea şi dăruirea sa, nu este lipsită de spiritualitate. Valéry a spus-o: „În piele îşi arc omul adevărata profunzime". Iar Antonin Artaud a prezis: „Prin piele va pătrunde metafizica în om".

• *„Soţul meu nu mă mai mângâie. Ce pot să fac*

Este întrebarea cel mai des auzită din gura femeilor. la te uită, şi dvs. mi-o adresaţi? Ei bine, dacă dvs. vă face plăcere să-l mângâiaţi, aveţi deja parte de fericire, căci e tot atâta bucurie în a dărui cât în a primi (şi, adesea, chiar mai multă). De altfel, a iubi cu adevărat înseamnă a dărui. Ceea ce nu înseamnă că nu trebuie să încercaţi să vă aduceţi bărbatul înspre dezmierdare. Nu-l luaţi la refec cu reproşuri şi acuzaţii de genul: „Nu mă mângâi niciodată. Nu-ţi place să dezmierzi. Eşti egoist. Nu eşti cel pe care l-am visat. Din cauza ta sunt nefericită. Etc.". Aceşti „tu" acuzatori nu vor avea drept rezultat decât să-l acuze, să-l facă să se simtă incapabil, nesatisfăcător, chiar crud, şi, prin urmare, să se încăpăţâneze şi să se retragă încă şi mai mult. Este de preferat să-l convingeţi în mod subtil, dar concret că mângâierea este importantă. Profitaţi, de pildă, de faptul că-l doare gâtul, spatele sau capul pentru a-i masa aceste zone. Sau spălaţi-i părul atunci când face o baie. Nu pierdeţi niciun prilej pentru a-l face să conştientizeze că mângâierea este bună atât pentru sănătate, cât şi pentru plăcere: însoţiţi-vă gesturile cu câteva argumente, luate

din această carte, potrivit cărora toate fiinţele vii — copii, dar şi bărbaţii sau animalele — au nevoie de dezmierdări pentru a se simţi bine şi că acestea sunt nemaipomenite împotriva stresului, oboselii sau durerii. Dcterminaţi-l să creadă în ele înainte de a-l determina să le şi aplice. Şi, într-o bună zi. veţi pretexta că vă doare gâtul sau spatele, ii veţi pune o loţiune în mâini şi-i veţi cere să vă maseze. Mai ales. nu uitaţi să-l felicitaţi prin nişte „Hmm" de plăcere şi uşurare. „Muştele nu se prind cu oţet", spunea bunica mea, izvorul înţelepciunii mele.

Bineînţeles că, dacă cel carc ar pune întrebarea ar fi un bărbat frustrat din cauza soţiei sale, răspunsul ar fi acelaşi: să-şi afle plăcerea în a dărui, să dăruiască fără să contabilizeze. În iubire, nu există prioritate, nici umilire, dimpotrivă; cel cu adevărat măreţ este cel care dăruieşte. Apoi, să încerce să-şi îmblânzească şi să-şi convertească partenera în acelaşi fel.

Dr C&ardLritu w

- *„Soţului meu nu-i place să-l dezmierd. Ce pot să fac?"*

Şi această întrebare, mai dificilă, mi-a fost pusă. iar bărbatul, atunci când era şi el de faţă, spunea: „Nu-mi place deloc, mă enervează, mă scoate din minţi", adăugând uneori: „Mă atinge tot timpul". În asemenea cazuri, femeia se întoarce adesea spre copii sau un animal de casă.

Ce să faceţi atunci când partenerului nu-i place să fie atins? Intrebaţi-vă dacă nu sunteţi prea gurmandă, una dintre acele femei care îşi ating tot timpul partenerul, care „nu-şi iau mâinile" de pe el, riscând astfel să-l „sufoce". Atunci, deveniţi mai subtilă, atingcţi-l mai rar. Mângâiaţi-I în doze homeopatice, chit că veţi mări progresiv doza. Fiţi atentă la reacţiile lui pentru a şti când să vă îndepărtaţi mâinile, să vă opriţi la timp. Între nevoia dvs. intensă de a-l atinge şi spaima lui de a fi atins, există o cale de mijloc, un posibil acord. Şi pentru a-l îmblânzi, alegcţi-vă momentele, folosiţi-vă de vicleşugul unui masaj cu prilejul unei dureri de cap, de picioare... Şi încercaţi să regăsiţi elementul care, încă din copilărie, i-a creat acest blocaj, dacă nu chiar blindaj al pielii. Faceţi-l să vă povestească trecutul, ajutaţi-l să se elibereze.

- *Stăpânirea ejaculării*

Doamna E.: „În legătură cu coitul fără ejaculare: mi se pare că multe femei au nevoie de aşa ceva, că acesta are pentru ele o importanţă fizică şi, încă şi mai mult, una simbolică".

Domnul P.: „Am patruzeci şi opt de ani. încerc să vă urmez sfaturile şi sâ mă abţin să ejaculez la fiecare raport, nefacând-o decât o dată la treisprezece—paisprezece raporturi, dar nu reuşesc, deşi înţeleg cât de importantă este această conduită. În plus. mă simt frustrat. Aş avea nevoie de-un

ajutor din afară: există oare produse (pomezi sau pastile) care să facă glandul mai puţin sensibil? Astfel, mi-ar fi mult mai uşor să mă reţin, iar frustrarea ar fi mai mică

.Fac parte dintre bărbaţii care se abţin cu greutate la primul raport, rezist cinci—zece minute, nu mai mult. Sunt prea excitat, plăcerea este excesivă (mai ales dacă femeia este atrăgătoare). Dimpotrivă, la al doilea raport, cincisprezece sau douăzeci de minute mai târziu, odată ce excitaţia aceea puternică a trecut, ejaculez numai atunci când îmi doresc.

Din dorinţa de a face totul bine şi de a mă cruţa, v-aş fi recunoscător dacă aţi binevoi să mă ajutaţi oferindu-mi acea soluţie care să-mi permită să ejaculez doar atunci când vreau.

În sfârşit, o altă problemă: e tare greu să-i explici femeii că. dacă nu ejaculezi, o faci pentru binele ei. Căci, dacă n-o faci, întrebările vin unele după altele: «Nu-ţi mai plac?» ctc.”

Nu, nu există nici pastile, nici pomezi. Da. reţinerea ejaculării este. uneori, nu tocmai bine primită de femeie. Unele femei pot s-o interpreteze ca o lipsă a dorinţei. Este uşor să le explicaţi că nu „dezirabilitatea” lor este de vină, că scopul comportamentului este de a prelungi contactul voluptuos dintre penis şi vagin pentru a le oferi răgazul necesar de a ajunge la

orgasm şi apoi de a-l reînnoi. Alte femei, cărora le place să-l simtă pe bărbat juisând înăuntrul lor şi care au nevoie de acest lucru pentru a juisa la rându-le, se pot simţi frustrate: şi acestora trebuie să li se explice scopul comportamentului. dându-le asigurări că orgasmul lor poate la fel de bine să survină şi fără ejaculare. Trebuie, de asemenea, să afle că bărbatul resimte, chiar şi numai atunci când se mişcă (inteligent) înăuntru, o plăcere durabilă şi intensă ajungând să aibă un „preorgasnV, ceea ce nu-l împiedică să le dăruiască o ejaculare atunci când ele şi-o doresc realmente.

Da, stăpânirea ejaculării nu este uşoară pentru toţi bărbaţii. Contracţia veziculelor seminale care alungă sperma este un reflex înscris în genele noastre, pe care le moştenim de la strămoşii noştri, maimuţele prehominide. În acele vremuri, trebuia ca monta să dureze foarte puţin, în medie cincisprezece secunde, tocmai pentru a nu cădea în ghearele prădătorilor care dădeau târcoale. Unii bărbaţi, cei care ejaculează prematur, au păstrat această scurtime; la polul opus,

alţi bărbaţi au, spontan, o mare uşurinţă în a-şi controla reflexul. Un rol în rapiditatea ejaculării il joacă şi vârsta: bărbaţii tineri resimt nevoia unor eliberări imperioase, bărbaţii mai vârstnici întârzie. Importante sunt, în sfârşit, şi situaţia fizică, oboseala, boala, anxietatea, depresia, sentimentele mult prea intense, noutatea partenerei.

Pentru ejaculările premature, vă recomand să citiţi *Le Traité du désir*, în care, printre altele, expun metoda *squeeze*.

În plus. vă propun să recitiţi cu atenţie în tratatul de faţă capitolul consacrat mângâierii interioare. Şi voi adăuga următoarele: stăpânirea se dobândeşte printr-un efect şi un efort de conştiinţă. Pur şi simplu, încă înainte de a începe, trebuie să vă fixaţi în minte obiectivul şi să-l urmaţi: nu trebuie să căutaţi, pentru sine şi în cel mai scurt răgaz cu putinţă, juisarea supremă a ejaculării, ci să-i oferiţi partenerei o fericire prelungită: altfel spus, trebuie să vă situaţi în iubirea-dăruire, în depăşirea de sine.

De fiecare dată când reflexul ameninţă să debordeze conştiinţa, trebuie să-i daţi cuvântul acestei conştiinţe, ajutându-vă de unele mici trucuri:

• opriţi orice mişcare şi retrageţi-vă spre intrare, oferindu-vă astfel răgazul liniştirii reflexului;
• luaţi-vă gândul de la imaginile şi senzaţiile excitante (reale sau fantasmatc), îndreptaţi-vă privirea spre imagini de ţară, apusuri de soare etc. ample şi liniştite (reale sau închipuite);
• practicaţi respiraţia în patru timpi: inspiraţi adânc pe nas timp de opt secunde, expiraţi profund pe gură golind abdomenul, rămânând în expiraţie vreme de opt secunde; refaceţi de opt ori. Important este să vă branşaţi conştiinţa pe circulaţia fluxurilor de aer de-a lungul nasului, gâtului, toracelui, abdomenului şi pe mişcările abdomenului.

În zilele în care vă este de-a dreptul imposibil să vă abţineţi, îngăduiţi-vă să ejaculaţi prima oară, aşa cum o face cititorul meu.
Apoi, odată ce tensiunea a fost eliberată, dorinţa dvs. va fi mai puţin presantă.

• Ce poate face femeia în cazul în care partenerul nu are erecţie?

Există nenumărate cauze ale insuficientei erecţii: oboseala, anxietatea (şi există nenumărate cauze ale anxietăţii), uzura cuplului, bolile etc. Nu doresc să vorbesc aici despre fondul problemei, ci numai să le arăt femeilor carc este, după părerea mea. atitudinea ce trebuie adoptată în asemenea împrejurare. Adesea, mi s-a părut că femeile sunt dezorientate. Totuşi, lipsa erecţiei le oferă şansa unei fabuloase misiuni în care iubirea, inteligenţa, erotismul lor ar putea să se desfăşoare.

Femeia nu se ocupă îndeajuns de bine de bărbatul care nu are erecţie pentru că ea interpretează această nereuşită ca o absenţă a dorinţei pentru ea. Şi crede că nu mai este dezirabilă. Şi îşi face tot felul de gânduri: „Nu se mai excită, deci nu mă mai doreşte, deci nu mă mai iubeşte, deci nu-i mai plac, deci nu mai sunt seducătoare, poate că o doreşte pe alta etc.” Atunci, atentă numai la propriile ei nelinişti, nu se mai gândeşte să-i vină în ajutor bărbatului.

La rându-i, el se împotmoleşte într-o amară devalorizare, profund neliniştit: „Ea o să creadă că nu mai sunt bărbat, am s-o pierd etc.” Astfel, faţă în faţă, se regăsesc două ego-uri dezumflate ca două baloane sparte. Incapabile să reacţioneze inteligent.

În loc de toate acestea, fiecare să-nceapă prin a-şi linişti partenerul! Bărbatul să-i spună femeii: „Bineînţeles că te doresc, că eşti frumoasă, că eşti femeie. Nu e vina ta, ci a mea, căci sunt obosit sau neliniştit sau... etc." Iar femeia să-i spună bărbatului: „Ştiu prea bine că eşti viril. Dar eşti obosit, ai atâtea griji... Stai liniştit. Te iubesc şi-aşa".

Să nu dramatizaţi, să liniştiţi, să revalorizaţi, iată ce trebuie să faceţi. Bineînţeles că, mai târziu, veţi realiza o analiză mai profundă a situaţiei şi, înainte de toate, veţi examina relaţia În cadrul cuplului, uzura adusă de ani (vezi *Le Traité du désir).*
Df UivăLtka 35»

Este bine să cunoaşteţi câteva „trucuri" care pot să recreeze erecţia sau să satisfacă în astfel de împrejurări dorinţa fiecăruia. Şi este bine să le aplicaţi din toată inima, cu subtilitate şi răbdare, ca în joacă şi nu în crisparea unei reuşite imperative. Orice tensiune predispune la eşec. Încercaţi, simţiţi-vă bine; dacă n-o să vă reuşească acum, o să vă reuşeaiică data viitoare.

Pentru început, uitaţi de penis. Mângâiaţi-i tot trupul, pentru a-l destinde, pentru a-i oferi plăcere. Apoi, atunci când teama de ratare sau obsesia de a reuşi s-au risipit, adică atunci când tensiunea a scăzut, abordaţi din nou în manieră ludică netrebnicul penis. A venit clipa să aplicaţi tot ceea ce aţi putea şti despre mângâierile penisului: ceea ce tăceaţi de obicei, ceea ce aţi învăţat din această carte, ceea ce inventaţi pe moment. Cu mâna sau cu gura. Dar cu artă, cu suflet, cu răbdare. Iucându-vă. Cunoaşteţi mişcarea de oscilare. Faceţi-o, aşadar, dar cu îndemânare, într-un ritm adecvat, apăsând cum trebuie, atâta timp cât trebuie. Şi cu amor, şi cu umor. Cunoaşteţi şi clasica sugere a glandului, aşa că înfăptuiţi-o cu talent. Dar să ştiţi că tot lingerea frenului, mai ales acolo unde se leagă de prepuţ, produce excitaţia ce-aduce cu sine erecţia. Nu uitaţi că este foarte indicat să combinaţi jocul mâinilor la baza penisului şi acţiunea gurii asupra glandului.

Ocupaţi-vă şi de punctul A şi punctul B. pe care le-am descris (vezi în capitolul „Primul cerc al bărbatului: Punctele sensibile"). Dacă le apăsaţi descriind o mişcare circulară cu vârful unui deget, veţi vedea cum membrul se întăreşte din nou.

La fel de bine, aţi putea să practicaţi o uşoară stricţiune a bazei penisului strângându-l într-un inel format de policele şi indexul dvs. îndoite. Când membrul se întăreşte, strângeţi-l de data aceasta cu toate degetele, iară să-l mişcaţi, fără să-l rotiţi

.Dacă penisul rămâne fără vlagă, aflaţi că, şi flasc fiind, poate aduce bucurie sexului femeii: pentru aceasta, ea trebuie să-l prindă, să-l dezvelească şi să-şi atingă cu el clitorisul, cu frenul glandului masculin pe pubisul feminin. O adevărată măiestrie! Sau să-l aşeze între cele două mari nimfe, să-l menţină acolo şi. prin mici mişcări ale bazinului, să-şi lase nepreţuitele bijuterii ale somptuoasei sale fante — vreau să spun clitorisul, meatul, buzele mici şi vestibulul vaginului — să alunece Într-un du-te-vino. Faceţi-o cu poftă. Nu vă fie teamă să vă faceţi o plăcere. Căci

numai astfel II veţi aduce la juisare. Şi numai propulsându-vă până la extaz îl veţi face să se excite din nou.

În sfârşit, să ştiţi că şi un membru flacid poate fi introdus în vagin. Veţi putea pe deplin face aceasta, cu condiţia să fiţi umedă (puteţi folosi, dacă este necesar, salivă şi vaselină) şi deloc strâmtă, ba chiar largă (sarcinile măresc trecerea). Amintiţi-vă că punctul G nu se află decât la trei centimetri de la intrare, fiind, prin urmare, sensibil şi la un mădular mai timid; astfel, dacă v-aţi descoperit acest punct, vă veţi bucura Intru totul şi de acest membru de-abia introdus.

Dacă totuşi penetrarea nu este posibilă într-o asemenea zi, fiecare ii poate oferi celuilalt somptuoase plăceri fără de penis. Bărbatul poate aprinde în sexul femeii focuri de artificii erotice care duc la împlinire, prin mijlocirea şi a mâinilor, şi a gurii. Femeia, de asemenea, îi poate oferi bărbatului ei un orgasm prin aceleaşi mijloace. În sfârşit, atât femeia, dar şi bărbatul ii pot oferi partenerului splendide juisări ale pielii şi o minunată plăcere printr-un joc al mângâierilor oferite întregii suprafeţe a trupului.

Aşadar, nu există niciun motiv pentru ca lipsa unei erecţii să se sfârşească printr-o penibilă stânjeneală, plină de frustrare, devalorizare şi ranchiună. Şi încă o dată, inteligenţa şi iubirea au câştig de cauză.

• Există mângâieri despre care nu ai vorbit?

Fiecare îşi arc propriile preferinţe şi ştiţi prea bine, gusturile şi culorile... Vă voi vorbi totuşi despre câteva dezmierdări prea puţin uzitate şi, cu toate acestea, delicioase. Şi care aduc atâta plăcere şi intimitate într-un cuplu!

Or GIWTFLDR» JSJ

Mângâierea feţei

Este o mângâiere fermecătoare, ce trebuie practicată cu farmec. O mângâiere delicată, ce trebuie dăruită cu delicateţe. O mângâiere primejdioasă, ce trebuie propusă cu prudenţă. Fermecătoare şi delicată, căci pielea feţei este sensibilă. Sensibile sunt mai ales buzele şi comisurile lor, pleoapele şi înconjurul lor, şănţuleţele dintre nas şi gură, spaţiul dintre ureche şi ochi. Aici nu se pot înscrie decât blânde atingeri cu vârful degetelor, uşoare precum înfiorările trasate de un singur deget. Schiţă de mare

fineţe, degetul redesenează contururile feţei, înconjurul ochilor, ieşindul nasului, buzele.

Un singur loc acceptă şi adoră — o atingere oarecum mai apăsată: tâmplele. Acolo, vârfurile unuia sau a două degete pot presa cu totuşi o oarecare reţinere — rotindu-se încet.

Mângâierea feţei se dovedeşte uimitoare şi în mod subtil agreabilă. Cât despre uşoarele masaje ale tâmplelor, ele aduc o imprevizibilă destindere şi alungă durerile de cap.

Fermecătoare, delicată *fi* primejdioasă pentru că faţa este o regiune într-o oarecare măsură »de neatins". Este primejdios să rişti să o atingi, dar este minunat dacă reuşeşti s-o faci. Să mă explic: această suprafaţă, singura care se oferă dezgolită, adică neacoperită de vreun veşmânt (cel puţin în Occident), este şi cea pe care se exprimă din plin emoţiile noastre, ba chiar gândurile şi intenţiile noastre, prin jocul mimicii; trăsăturile, gura, privirea, sprâncenele, nasul, totul ne trădează aici fluxul conştiinţei, sentimentele noastre bune şi rele: bucurie şi tristeţe, simpatie şi antipatie, chiar agresivitatea. calmul şi mânia, dorinţa şi repulsia etc. Mai rău, trăsăturile ne trădează personalitatea şi rostesc dintr-odată ceea ce suntem: joviali sau înăcriţi, puternici sau fragili, sinceri sau perverşi, tandri sau reci etc. De fapt, atunci când întâlnim pentru prima oare pe cineva, ştim de-ndată cu cine avem de-a face: „Prima impresie contează", se spune. Şi, de cele mai multe ori, este adevărat. Iar atunci când întâlnim oameni pe care-i cunoaştem, vedem, de la prima privire, dacă sunt sau nu binedispuşi, fericiţi sau îngrijoraţi.

Ştiind cât de mult ne trădează chipul, ne străduim din răsputeri să-i stăpânim expresiile, astfel încât să fie mai greu lizibile, din motive personale sau sociale. Nu este întotdeauna indicat, de pildă, să-i arătăm vreunui semen resentimentele noastre, nici unui rival sau unui patron că ne temem de el, dar nici unui îndrăgostit intensitatea iubirii noastre. Nu-i cuviincios să râzi la o înmormântare, să fii trist la o nuntă sau să-ţi baţi joc de un reprezentant al ordinii publice etc. Astfel că, încă din copilărie, învăţăm să ne înăbuşim spontaneitatea şi ne confecţionăm o mască, aşa-numita „persona". Pentru aceasta, ne contractăm muşchii feţei şi mai ales pe cei ai pielii, finele lame musculare ce

se găsesc sub epidermă: strângem din dinţi, ne mușcăm buzele, ne înăsprim privirea, ne încruntăm sprâncenele, ne încreţim fruntea. În timp, aceste crispări se vor transforma în riduri de expresie.

Atunci când ne dărui m mângâierii, se produce, sub efectul stimulării cutanate şi a destinderii nervoase, o relaxare a mușchilor feţei, astfel încât trăsăturile şi ridurile de expresie se estompează. Iar masca se risipeşte. Chipul care se înfăţişează atunci este cel al unui copil. Acela pe care nu-l arătam decât mamei noastre, acela pe care nu-l oferim decât fiinţei iubite atunci când o meritä. Şi este un gest la fel de impudic să-ţi arăţi acest chip ca acela de a-ţi dezvălui sexul. Poate chiar mai mult. Da, faţa care este locul ce pare cel mai superficial şi cel mai vizibil este, în realitate, cel mai profund, cel mai intim şi mai tainic. Astfel, ce dovadă de încredere şi de iubire este aceea de a-ţi lăsa masca să cadă şi de a-ţi oferi chipul! La câtă recunoştinţă şi la câtă iubire dă dreptul acest gest!

Dezmierdarea aceasta este într-atât de emoţionantă şi tulburătoare, încât conferă o impresie de beatitudine şi eliberează emoţii puternice, amestec de bucurie şi lacrimi. În sfârşit, această dezmierdare înfrumuseţează. Sub acţiunea ei, vasele de sânge se deschid, arterele aduc un sânge nou, bogat în oxigen şi substanţe nutritive.

Or Orari Irttt î»

venele duc sângele folosit, încărcat de bioxid de carbon şi toxine. Mușchii, aşa cum am văzut, se relaxează, ceea ce estompează ridurile. Chipul pare proaspăt, fericit, întinerit.

Mângâierea capului

Dincolo de plăcerea pe care o aduc, mângâierile şi masajele pielii acoperite de păr a capului alină durerile de cap şi destind nervii. Gândurile rele dispar, iar sufletul se liniştește. Prin urmare, sunt extrem de indicate în cazul firilor nervoase, depresive sau suferind de insomnii.

Mângâierea spatelui

Spatele, în sens larg, cuprinde gâtul,

spatele propriu-zis şi lombcle (sau „şalele” pentru marele public). Este un teanc de cuburi osoase, vertebrele, fixate de muşchi. Este axa corpului. Suportă presiunea gravităţii şi, mai precis, greutatea trunchiului şi a capului; este supusă unor mişcări intense. Astfel, muşchii dorsali sunt adesea contractaţi; cu atât mai mult cu cât se

crispează şi sub efectul factorilor de stres, al temerilor, al emoţiilor. De aici vin expresiile curente: a fi „prea strâns în spate”, „a fi împovărat de griji” etc. Aceste contrac-turi sunt însoţite de dureri

.Iată de ce mângâierile şi masajele spatelui fac atât de mult bine: relaxând muşchii, alină nu doar algiile, ci, în plus, oferă o destindere generală. Masajele muşchilor trapez sunt În mod aparte binefăcătoare. Aceşti muşchi ai gâtului care pornesc de la ceafă şi ajung până la umeri şi omoplaţi asigură susţinerea capului; prin urmare, sunt obosiţi şi dureroşi seara, cu atât mai mult cu cât cristalizează întreg stresul. Putând fi cu uşurintă atinşi. le plac masajele, frământările care alină durerea şi tensiunea nervoasă; iar oferindu-i acest gest fiinţei iubite, ii faceţi un dar superb.

Dar, o să-mi spuneţi, unde este erotismul în toate acestea? În primul rând, este întotdeauna plăcut să atingi şi să fii atins. În al doilea rând, a iubi înseamnă şi să alini, să destinzi. Iar în al treilea rând, gesturile care aduc linişte pregătesc

întâmpinarea dezmierdărilor cu iz erotic; pentru a pătrunde în tărâmul plăcerii, va fi de-ajuns ca. progresiv şi pe furiş, să depăşiţi zonele dureroase indreptându-vă spre cele erogene. Un masaj al muşchilor trapez, de exemplu, poate, în mod subtil şi progresiv, să cuprindă şi sânii: mai întâi, simple de-abia atingeri cu toate degetele a contururilor, apoi blânde mângâieri cu toată palma a rotunjimii şi, în sfârşit, apăsare, uşoară, dar înflăcărată, a întregului sân, după pilda frământării muşchiului, dar cu un ton mai sus. Mâna, a cărei poftă a fost trezită de pielea spatelui, va rămâne gurmandă pentru carnea sânului, deşi mai puţin doritoare de mari îmbucături.

Dacă masaţi „şalele", călătoriile dvs. se vor îndrepta spre fese, în stilul unei atingeri uşoare cu toate degetele, combinate cu apăsările palmei întregi. De aici, ca să alunecaţi spre diversele falii şi albii mai mult sau mai puţin adânci care împodobesc locul nu-i decât un pas pe care câteva falange jucăuşe il vor putea face. Şi-atunci, toate plăcerile pline de bucurie se vor contopi: cele ale muşchilor alinaţi, cele ale pielii încântate şi cele ale mucoaselor surprinse. Adio, dureri, trăiască fericirea!

Se poate ca primele contacte cu o zonă contractată să fie dureroase. Insistaţi, căci, paradoxal, numai făcând rău veţi alunga durerea: este un fenomen fiziologic binecunoscut. Mai mult, acest supliment de durere provocată vă poate procura o paradoxală senzaţie de plăcere, deoarece satisface rămăşiţele de sadomasochism ce se află în fiecare dintre noi, într-un mod pe cât de legitim, pe atât de erotic.

Mângâierea piciorului

Masajele piciorului produc o fabuloasă stare de bine. o senzaţie de inimaginabilă destindere. Acela care nu a avut nicicând parte de ele ignoră o întreagă faţetă a fericirii de a fi pe acest pământ. Iar acela care le descoperă nu-şi poate crede... degetelor picioarelor!

Încă o dată, ca pentru oricare altă mângâiere, trebuie să o faceţi ca la carte: din toată inima, fără să vă grăbiţi, urmându-vă intuiţia, cu îndemânare. Faceţi-o aşa cum v-ar plăcea dvs.

F-fectele benefice obişnuite asupra sănătăţii sunt aici augmentate de faptul că talpa conţine, concentrate pe o mică

suprafaţă, punctele reflexe corespunzătoare tuturor aparatelor şi organelor corpului: sistemul nervos, aparatul respirator, tubul digestiv etc. Prin urmare, este posibil ca stimularea lor să amelioreze funcţiile. În materie de erotism, este bine să ştiţi că zona care corespunde glandelor genitale este călcâiul, iar cea corespunzătoare organelor sexuale este adâncitura dintre călcâi şi planta piciorului, sub versantul intern, adică spre partea dinspre degetul mare. Pentru a afla mai multe, mergeţi la un practician care se ocupă de podo-reflexologie.

Vă reamintesc faptul că talpa nu prea suportă atingerile uşoare, care gâdilă, şi preferă o atingere directă, apăsată, de tipul masajului. Plăcere îi fac şi săruturile înflăcărate, apăsările cu fruntea sau atunci când partenerul o sprijină pe abdomen. Da, este necesar ca acestui biet picior, care nu cunoaşte decât închisoarea încălţărilor şi contactul dur cu solul, să i se aducă ofranda tuturor părţilor trupului. Am putea scrie pagini şi pagini de partituri pentru un concert pentru picior şi orchestră trupească. Iată, vă încredinţez crearea acestei opere: într-o bună zi (dimineaţa, după-amiaza, seara, nu există o oră anume), hotărâţi-vă să vă consacraţi, preţ de un ceas, piciorului partenerului dvs. şi să inventaţi tot ce se poate face cu el numai cu mâna şi gura. Regula este ca totul să dureze cel puţin o oră, dedicată exclusiv piciorului.

Într-o altă zi (conform aceloraşi reguli), consacraţi-vă lot piciorului partenerului dvs., dar, de data aceasta, inventaţi tot ceea ce puteţi face plimbându-l pe diferitele părţi ale trupului dvs. Altfel spus, inventaţi toate mângâierile pe care faţa, sânii, pântecele, sexul dvs. etc. le pot oferi piciorului fiinţei iubite.

În sfârşit, altă dată, cereţi-i să vă dezmierde doar cu piciorul întreaga suprafaţă a pielii dvs.: genunchii, coapsele, sexul, pântecele, toracele, faţa, fesele, spatele etc. Desigur, piciorul este destul de stângaci, dar concentraţi-vă, iar el îşi va afla nebănuite subtilităţi. În alte zile, partenerul dvs. vă va înlocui.

Mângâierea penisului şi a scrotului

Mângâierea pe care femeia i-o oferă membrului este, mult prea adesea, stereotipă: mişcare de du-te-vino în inelul unei

măini sau sugere mai mult sau mai puţin inspirată cu gura. Adevăraţii artizani în materie sunt rarisimi. Totuşi, sexul bărbatului merită mai multă atenţie şi rafinamente decât clitorisul. Şi numai pentru a dezlănţui imaginaţia feminină am descris în acest *Tratat* diverse cizelări şi incrustaţii; am adăugat altele în *Le Traité du désir*.

De obicei, testiculele sunt rudele sărace ale dezmierdării. Fără îndoială, femeile se simt dezorientate în faţa acestor comori care le se par misterioase şi care au reputaţia de a fi sensibile, dacă nu chiar dureroase. Totuşi, atunci când este bine înfăptuită, mângâierea scrotului este o minunată dezmierdare, ce-i creează bărbatului o deplină stare de bine şi ii reîncarcă bateriile. Şi apoi, câtă bucurie s-o vadă pe femeie îndreptându-şi întreaga atenţie, dacă nu chiar adoraţie, spre ceea ce este inima virilităţii sale.

Bineînţeles, acestea sunt nişte mângâieri care cer o anumită delicateţe; totuşi, dacă sunt bine ţinute în mână. scrotul şi testiculele se vor bucura de o anumită ferventă fermitate. Chiar şi atunci când

DrCăunfUfcu 359

sunt ţinute şi păstrate un anumit timp în palmă, scrotul şi ceea ce se află înăuntru tresar; iar dacă palma, încet, uşor, alunecă şi le dă ocol făcându-le să se învârtească pe nesimţite în căuşul ei, bucuria le este încă şi mai mare.

După câteva clipe de asemenea preafericit contact, un sărut înaripat dat pielii scrotului este un gest de pietate care, pentru o femeie încântător de înflăcărată, va fi o fericire să-l îndeplinească. Sărut uşor care se va multiplica împrejur, se va întări în săruturi mai apăsate date spaţiului dintre testicule, se va însoţi de adulmecarea unui nas aflat în căutarea aromelor, de un suflu cald al unei guri flămânde, de amplul lipăit al unei limbi iubitoare. Şi în timp ce chipul femeii îl celebrează şi îmbată pe bărbat, părul-i răvăşit pe coapsdc şi pântecele masculine ii măresc beatitudinea. Există clipe în care credcm că mai mult de-atât nu se poate, că am ajuns în paradis.

Punctul G al vaginului

Existenţa sa este neîndoielnică. Toate femeile sunt înzestrate cu aşa ceva, dar, cel mai adesea, el trebuie trezit pentru a se dezvălui. Prin urmare, este de dorit ca bărbatul să

învețe unde se află pentru a-l putea „antrena” prin mângâierile sale digitale şi-apoi, mai târziu, când punctul îşi va fi atins maturitatea, să-şi îndrepte într-acolo acţiunea penisului. Femeia, la rândul ei, va învăţa să-l repereze pentru a-şi acorda automângâieri de trezire şi fericire şi, apoi. pentru a călăuzi membrul spre acest epicentru.

Pentru iniţierea completă, trimit cititorul la descrierea detaliată a punctului G, a explorării şi a celor mai favorabile poziţii, descriere pe care am realizat-o în Le *Traité du désir*

.Se mai pot inventa mii de mângâieri şi fericiri cu miile. De ce nu o facem, de ce nu îndeajuns? Pentru că oamenii cred că nu este ceva important sau serios, că nu sunt neapărat necesare ori că pot fi dăruite în grabă sau în mod neglijent, într-un cuvânt, că pot fi rasolite. Or, sunt foarte importante, foarte serioase. TREBUIE SĂ FIE BINE FĂCUTE. Aşa cum ne ocupăm de hrană, muzică, grădină. TREBUIE SA FIM SERIOŞI. Dacă nu, nu meritäm să avem o piele. Atât de frumoasă şi de generoasă.

• Ce *este masajul californian?*

În introducerea acestei cărţi, aminteam de masajul californian. Acesta a stârnit curiozitatea cititorilor: o scrisoare din trei mă întreba în ce constă acest masaj şi unde poate fi practicat.

Este adevărat că, în momentul apariţiei primei ediţii, în 1983, practicanţii acestor masaje erau pe cât de rari, pe atât de „suspecţi” în ochii muritorilor obişnuiţi, tactilul fiind încă un tabu. Cred că *Tratatul de mângâieri* a contribuit la reabilitarea pielii şi la dezvinovăţirea mâinilor. Oricum ar fi, atingerea şi nevoia de a fi atins, până atunci înfrânate de o cultură ambiantă culpabilizatoare şi dezactivate de era audiovizuală, au spart barajele. În ultimi ani, o multitudine de metode de masaj au văzut lumina zilei sau au fost introduse în Franţa. Maeştrii sunt recunoscuţi ca atare, iar emulii lor preaslăvesc gloria mâinilor.

Fără îndoială că vă întrebaţi ce legătură există între aceste masaje şi viaţa erotică. Şi de ce i-ar viza pe îndrăgostiţi. Ştiu ca şi voi. o, cât de bine, că doar simpla atingere a vârfurilor degetelor fiinţei iubite ne umple de voioşie, iar simplul fapt de a o lua în braţe ne scufundă în cea mai mare dintre fericiri. Dar mai ştiu, din păcate, şi că toate acestea nu durează decât atâta vreme cât, la zenit, ard în flăcări iubirea şi dorinţa, atâta vreme cât durează starea de graţie a dragostei. Într-o zi, atât sentimentele, cât şi chemarea simţurilor vor putea fi mai puţin înflăcărate, iar senzaţiile, mai puţin profunde. Atunci va fi venit clipa să reînnoiţi şi să introduceţi gesturile unor masaje.

Sunt totuşi convins că, în timpul acestei stări de graţie, gesturile acestea ar aduce şi un „plus”. Cei care au gustat binefacerile acestor tehnici o ştiu prea bine. Ce-aduc

ele? Ansamblul
beneficiilo

rOr Cerarrildrv 361
mângâierii, pe care le-am expus mai devreme, dar înălţate la un nivel optim: destindere nervoasă, relaxare musculară, alinare a diverselor dureri, reincărcare energetică, stare de bine, ba chiar euforie. Cine nu ar voi să ofere aceste daruri fiinţei iubite sau să le primească din partea-i?

Variind în funcţie de metodă, şi alte beneficii se alăturã: ne conştientizăm pe deplin propriul trup, dacă nu chiar ne-mpăcăm cu el, ii trezim la viaţă senzualitatea şi i-o extindem la întreaga suprafaţă a pielii, ne dezlegăm gesturile mâinilor, ne dezvoltăm imaginaţia, învăţăm să ne concentrăm asupra a ceea ce facem, învăţăm să-l ascultăm pe celălalt.

Iată o sumară descriere a câtorva dintre metodele de masaj, urmate de numele celui mai cunoscut practician:

• masajul califomian, numit şi *Sensitive Gestalt Massage*, a fost inventat de Margaret Elcke la Ensalcn, în California. După părerea mea, este tehnica prin care ne bucurăm de cele mai multe dintre beneficiile aşteptate: destindere, stare de bine, augmentarea conştiinţei corporale, integrarea neurosenzo- rială. Se realizează pe baza principiului Gestaltv: aici şi acum. Practician: Pierre Grimbert.

• masajul senzitiv cuprinde în plus presiuni asupra anumitor muşchi. întinderi ale unor articulaţii şi mobilizări specifice pentru facilitarea circulaţiei venoase şi limfatice. Practician: Claude Camilli.

• masajul metamorfic, creat de Robert Saint John, ţine scama de influenţele corporale înregistrate în cele nouă luni ale sarcinii. Prin uşoare masaje ale „zonelor-cheie", el le eliberează.

• aşa-numitul masaj strech este un masaj cu întinderi, indicat în situaţiile de stres şi mai ales pentru pregătirea sportivilor, dansatorilor şi actorilor. Practician: Joel Savatovski.

■ masajul taoist a fost pus la punct de maestrul taoist Mantak Chia. Prin acupresură (apăsarea centrilor din acupunctură cu vârful degetelor), aplicată mai ales în regiunea peri-ombilicală, amplifică fluxul energetic al organelor, în special al creierului, sistemului nervos şi glandelor. Această mobilizare a fluxurilor

creşte energia vitală a întregului nostru corp fizic, emoţional şi mental. Practician: Rose-Marie Weibel.

- masajul tradiţional indian le oferă trupului şi sufletului forţa de a-şi elimina vibraţiile negative. Practician: Kiran Vyas.
- Rakshana Tirumu este o tehnică de longevitate din Kerala. Rakshana înseamnă „protecţie", Tirumu, „masaj". Este un masaj copleşitor, care vizează mai ales sacrumul şi pubisul. Practician: François Lorin.
- masajul Kshatriya este masajul războinicilor castei hinduse cu acelaşi nume. Practician: André Riehl.
- să mai amintim: masajul tibetan, fasciaterapia, masajul ritmic, masajul iniţiatic.

În cursul stagiilor de masaje la care am participat, dacă femeile s-au simţit întotdeauna în largul lor, unii bărbaţi au reacţionat destul de puternic. Din zece sau cincisprezece „elevi", cel puţin un bărbat a prezentat, la contactul cu mâinile, diverse tulburări: palpitaţii, plânsete, stări de vomă, tendinţă de a leşina. Toate sunt cauzate de reactualizarea unor faze din copilărie, perioadă în care a fost pe nedrept privat de mângâieri sau chiar expus unor brutalităţi.

O altă constatare în cazul bărbatului care masează o femeie: el prezintă, aproape întotdeauna, o erecţie „intempestivă". Prin urmare, bărbatul n-ar avea. asemenea femeii, capacitatea de a separa senzualitatea de sexualitate? Ceea ce se adaugă nemulţumirii exprimate de multe femei: „De fiecare dată când mă apropii de soţul meu pentru a-l mângâia, aşa cum aş face-o cu unul dintre copiii mei, el crede că vreau să fac dragoste". Trebuie să spunem că natura a concentrat în penis întreaga putere libidinală masculină; el este cel care vânează femeile, erecţia sa trebuie să fie un reflex incontrolabil. De asemenea, mai trebuie să spunem şi că, multă vreme, cultura i-a

interzis bărbatului să fie tandru şi I-a apreciat după măsura erecţiei sale: un mascul trebuie să se excite. Un specialist în masajul califor- nian mi-a zis că, pentru a evita această soartă (erecţia intempestivă), este de-ajuns să maseze chipul şi mai ales obrajii bărbatului; atunci, penisul i se-nclină şi, foarte adesea,

lacrimi îi inundă ochii. Acest contact de o nesfârşită tandreţe îl readuce pe bărbat înspre propria-i inimă... şi mamă.

Căci, în realitate — şi aceasta-i o fericită descoperire realizată În cursul stagiilor —, bărbaţii resimt aceeaşi nevoie de a mângâia şi de a fi mângâiaţi ca şi femeile. Şi sunt capabili să o facă cu multă atenţie şi delicateţe. Am participat la o serie de experienţe în cadrul cărora ochii celui masat erau acoperiţi: nu se poate face vreo diferenţă între îndemânarea masculină şi cea feminină.

În sfârşit, să subliniem această reconfortantă evoluţie: participarea bărbaţilor la aceste seminarii a ajuns de la 20% în anii '80 la 50% în anii '90.

• La vârsta lor, mai sunt ei de mângâieri?

În timp ce toate simţurile se degradează şi, mai ales, văzul şi auzul, sensibilitatea tactilă, dimpotrivă, rămâne intactă până la moarte. Cu alte cuvinte, mângâierile vor căpăta din ce În ce mai multă importanţă odată cu vârsta. Cu atât mai mult cu cât, contrar prejudecăţilor, inima nu se zbârceşte. Putem să ne-ndrăgostim, şi chiar nebunească, până şi la bătrâneţe. Cât despre dorinţă, ea poate rămâne vie până la nouăzeci de ani şi chiar mai mult.la femeie, menopauza poate să aibă chiar efecte fericite asupra vieţii sale sexuale: eliberată de teama de a nu rămâne însărcinată, izbăvită de fazele menstruale şi despovărată de constrângerile-i materne, femeia este mai disponibilă pentru iubire. În plus, libidoul şi capacitatea sa orgasmică se măresc adesea, din motive fiziologice: hormonul care conduce dorinţa, atât la femeie cât şi la bărbat, este cel masculin (sau testosteronul); el este secretat la ambele sexe de glanda suprarenală (şi, în plus, la bărbat de testicule); la femeia ajunsă la menopauză, acest hormon devine preponderent, căci antagonistul său, hormonul feminin, diminuează pe măsură ce ovarul se degradează, de unde şi reîntoarcerea dorinţei. Atunci, se constată adesea că clitorisul devine mai sensibil şi mai exigent.

Singurul inconvenient al menopauzei este riscul de uscăciune şi indurație a mucoasei vaginale din cauza deficitului de hormoni feminini; rezultă de aici dureri şi mici sângerări la atingere sau în timpul raporturilor sexuale. Din fericire, această

tulburare poate fi cu uşurinţă remediată: este de-ajuns să utilizaţi creme vaginale pe bază de hormoni feminini sau să urmaţi o hormonoterapie generală cu pastile sau gel percutanat. Este important să menţineţi mucoasele sexuale suple şi umede pentru a le păstra întreaga putere de-a oferi plăcere, mai ales în cazurile în care, penisul nefiind tocmai tare, degetelor li se cere să ofere mângâierile lipsă. Bineînţeles, membrul sau degetele nu vor pătrunde în aceste minunate locuri decât după ce vizitatorul le va fi dăruit din plin împrejurimilor somptuoase dezmierdări, astfel încât să creeze o frumoasă lubrifiere. Dacă este necesar, săruturile date cu gura şi limba vor aduce şi saliva celui priceput pentru ca totul să fie pe potrivă.

Cât despre bărbat, libidoul şi erecţia sa, chiar dacă îşi pierd din tărie, rămân operaţionale. Şi nu rar se-ntâmplă ca bărbaţii să-şi păstreze înflăcărate dorinţe şi erecţii până la împlinirea unui veac. Vârsta aduce cu sine chiar şi beneficii: ejacularea nemaipe- trecându-se atât de repede, bărbatul ii poate oferi partenerei sale această faimoasă mângâiere interioară care ii procură o îndelungă plăcere vaginală înainte de a o propulsa în extaz.

Invers, dacă vârsta sau abuzul de tutun, alcool ori zahăr au cauzat vreo maladie cu repercusiuni asupra vaselor de sânge din zonele sexuale (diabet, arterită etc.) sau boli generale (hipertensiune, cardiopatie, insuficienţă respiratorie etc.) care jenează activitatea fizică, nu trebuie, doar pentru atât, să renunţaţi la fericirea simţurilor: dezmierdările dăruite sexului, dar şi trupului vă vor veni în ajutor. Ceea ce nu va putea oferi penisul o vor face degetele şi gura. Acum
DrOraraiAw 365
ori niciodată, bărbatul trebuie să-şi dezvolte creativitatea şi dexteritatea. Atunci, îşi va putea satisface partenera aşa cum, poate, n-a fost vreodată satisfăcută. Cunosc un octogenar, impotent, de altfel, din cauza unei boli, ale cărui numeroase succese la tinerele femei se datorează capacităţii sale de a le oferi, pielii şi sexului lor, supreme bucurii prin graţia mâinilor şi a gurii.

Dincolo de zona sexuală şi *a fortiori* atunci când sexul îşi pierde tăria, dezmierdarea devine, la o anumită vârstă, o desfătare

regească. Astfel că aici trebuie aplicate. în lung, în lat şi de-a curmezişul, lecţiile de muzică din acest *Tratat*. Cu atât mai mult cu cât plăcerea, stimulările cutanate îşi revarsă într-un mod, o, cât de judicios toate binefacerile: împotriva durerilor şi a oboselii, tranchilizant etc. Pe scurt, această vârstă nu numai că nu este sfârşitul senzualităţii, dar îi poate fi chiar înflorirea deplină. Cu mai puţină genitalitate şi mai multă complicitate, tandreţe, durată şi rafinament, se ajunge la transformarea acesteia într-o capodoperă, pe măsura Olimpiadelor de odinioară, dacă vreodată vor fi existat.

Din păcate, există prejudecăţi care pretind că iubirea, mângâierile „nu-s pentru bătrâneţi". Iar aceia care, în vârstă fiind, continuă să caute deliciile iubirii, sunt consideraţi nişte „moşi depravaţi" sau „libidinoşi bătrâni". Nenorocirea este că acest dispreţ este interiorizat de persoanele în vârstă care, dintr-odată, se simt ridicole sau perverse dacă resimt iubire sau dorinţă. Nenorocirea este şi că, în prea multe azile de bătrâni, pensionarilor li se neagă dreptul de a dezmierda şi juisa. Aici, trupurile le sunt transformate în nişte obiecte şi sunt dese-xualizate. Igienă, siguranţă, moralitate, câte crime psihice nu se comit în numele vostru! Şi totuşi, ce păcat să renunţi la fericirea simţurilor atunci când durata de viaţă creşte şi când, la şaizeci de ani, încă avem în faţă alţi treizeci de trăit. Ce absurditate să te resemnezi vreme de o treime din viaţa-ţi adultă să nu mai trăieşti ca o fiinţă umană în totalitate. Cu atât mai mult cu cât vârsta din ce în ce mai mică la care te poţi pensiona ne lasă mult timp liber. Şi cu cât progresele medicinii şi ale dieteticii asigură majorităţii o sănătate satisfăcătoare.

Atunci, atât cât durează viaţa, să lăsăm să strălucească focul dorinţei şi să se avânte acest elan al dorinţei care ne-mpinge spre apropierea de semenii noştri pentru a le oferi sau a primi de la ei plăcere şi afecţiune. Atât cât durează viaţa, această nevoie de tandreţe, ca şi nevoia de a comunica, persistă; iar dezmierdarea este ceea ne permite cel mai bine să le satisfacem.

Mulţi oameni mi-au spus: „La vârsta a treia, corpul nu mai este întotdeauna apetisant". Dar, adesea, n-avem oare trupul pe care-l merităm? Dacă avem o bună igienă a vieţii (fără toxine, o

alimentaţie sănătoasă, un pic de exerciţiu, o anumită curiozitate intelectuală, un hobby şi o marc deschidere spre ceilalţi şi lume), corpul rămâne atractiv. Iar dincolo de riduri şi zbârcituri, ccca ce atrage este miezul fiinţei. Şi apoi, trebuie, în sfârşit, dacă incă nu am făcut-o, să ne depăşim propriul ego şi să trccem dincolo de aparenţe pentru a accede la iubirea cea adevărată care este dăruire de sine.

• Cum se face că, În Occident, tactilul este atât de îngrădit, În timp ce-n Africa sau în Orient, el este atât de spontan?

Este adevărat că, în Occident, ne atingem puţin. Căci civilizaţia occidentală a secretat, de prea multă vreme, tabuuri împotriva atingerii (împotriva mângâierii, împotriva tandreţei). La rândul ei, civilizaţia industrială a multiplicat obstacolele în faţa folosirii mâinilor în cadrul comunicării afective. Denunţând inamicii tacticului, putem spera să-l salvăm de la dezafectarea în care riscă să se scufunde încă şi mai mult.

Responsabilitatea civilizaţiei occidentale

Morala iudeo-creştină a condamnat plăcerea şi a transformat-o într-un păcat; iar mâinile, agenţi ai păcatului, n-au nicio aură de sfinţenie. Să atingi, să te atingi, toate

acestea miros a
pucioasă. Mam

aDr G£onJ Itfeu #7
mea, crescută într-un pension catolic pe la 1925, n-avea dreptul să se spele decât o dată pe săptămână, prin mizericordia unui lighean cu apă rece şi numai pe sub cămaşă. Un pacient, pensionar prin anii '40, trebuia să utilizeze un băţ de lemn ca să-şi bage cămaşa în pantaloni; mai mult, buzunarele aceluiaşi pantalon trebuiau să fie cusute; mâinile trebuiau apărate de orice fel de contact cu zonele interzise.

Bineînţeles, interdicţiile care se abat asupra sexualităţii nu figurează în cărţile sacre (Biblia, Evanghelia). Acestea sunt creaţii ale unor bărbaţi atinşi de ceea ce cu numesc „Frica masculină", care constă în temerea că puterea le-ar putea fi zdruncinată de plăcere şi astfel contestată de femei.

Cultura occidentală a întărit oprobriul atingerii afectuoase, mai ales în cazul bărbatului, tn numele unei anumite „virilităţi", a unui anumite „demnităţi", bărbatului ii este interzis să fie sensibil şi tandru, să-şi exprime emoţiile prin cuvânt şi *a fortiori* prin gest (atingerea, sărutul, mângâierea, îmbrăţişarea). Întreaga educaţie a bărbatului arc ca scop să-i înăbuşe sensibilitatea, să-i reprime emoţiile, să-l transforme într-un dur. Puritanismul epocii victoriene este sinteza acestei morale şi a acestei culturi duse la extrem. Machismul le este aplicaţia la genul masculin. Bărbatul macho este dacă nu arhetipul, cel puţin caricatura bărbatului occidental. Jucând rolul insensibilului, invulnerabilului, negând orice tandreţe, afectând un dispreţ pentru femeie pe care o consideră inferioară, silindu-se să nu vadă în ca dccât un obiect sexual, refuzând să se supună iubirii pentru că aceasta ar însemna să se supună femeii, el fuge de mângâieri şi tandreţe. În realitate, bărbatului macho îi este oroare de feminitate, aceea a femeilor şi aceea a lui, proprie.

Suntem Îndrituiţi să ne întrebăm de ce civilizaţia occidentală a făcut din plăcerea atingerii şi, dincolo de aceasta, din fericirea simţurilor, un păcat. Pentru că această civilizaţie nu este decât o formă de socictate patriarhală, adică o organizare socială inventată, pusă la punct şi apărată de bărbat pentru a-şi asigura puterea asupra femeii şi pentru a o păstra. Pentru aceasta, cl trebuia să-i interzică femeii orice acces ia influenţă şi cunoaştere şi

să-i reducă „puterile magice” care ii conferă prea mult ascendent: capacitatea sa de a da viaţă şi puterea-i sexuală. În ceea ce priveşte maternitatea, bărbatul se va strădui din răsputeri să şi-o anexeze (prin mono- gamie, prin căsătorie etc.); cât despre sexualitate, el va utiliza degradarea, transformând plăcerea într-un păcat, adică ceva urât şi demn de pedeapsă, după modelul păcatului originar care, din vina femeii, a prăbuşit omenirea în nenorocire. Căci senzualitatea feminină este o ameninţare pentru bărbat şi pentru societatea lui: voluptatea pe care o simte în braţele unei femei ¡1 smulge din sine însuşi, dorinţa pe care o are de a se întoarce acolo şi sentimentul care se naşte, pe scurt, ataşamentul care se creează, riscă să-l supună femeii, să-l ducă spre alienare. Şi-atunci, acesta ar fi capătul libertăţii şi autorităţii sale. Ca şi iubirea, toate acestea îl lasă fără de vlagă, îl obosesc, îl epuizează. Şi, mai mult chiar, prin rivalităţile şi conflictele provocate, perturbă ordinea socială. *În fine,* refuzul mângâierii este teama de a pierde puterea.

Responsabilitatea civilizaţiei industriale

Născută în secolul al XfX-lea, aceasta este acum triumfătoare. La rândul ei, a făurit arme împotriva atingerii: obsesia igienei, efectele perverse ale freudismului, bulversarea familiei.

La sfârşitul secolului precedent, se descoperă microbii şi se inventează igiena, adică un comportament care evită contactul cu aceşti minusculi, dar redutabili duşmani. Bineînţeles, cei care trebuie apăraţi împotriva acestei contaminări sunt mai ales bebeluşii şi copii. Prin urmare, de-acum înainte se recomandă ca bebeluşul să nu mai fie atins: să nu mai fie luat în braţe sau numai atunci când este neapărată nevoie, să nu mai fie mângâiat, să nu mai fie îmbrăţişat, să nu mai fie legănat; să nu mai fie hrănit la sân, ci doar cu biberonul.

Or.Gávtftdni 369

Este epoca bonelor rigide şi distante în bluzele lor albe apretate, a pătuţurilor-cuşcă cu zăbrele, a leagănelor adânci asemenea mormintelor, toate acestea fiind nişte născociri menite să-i ţină la

distanţă pe micuţi. Dar, dincolo de frica de microb, cum să nu bănuieşti dincolo de această atitudine o teamă de atingere? Oare nu în această epocă puritanismul era în floare? Nenorocirea este că aceste interdicţii au fost dezvoltate de un pediatru, Emmer Hoit, o adevărată autoritate a vremii. Tratatul său (¿es *soins et lalimentation de l'enfant*), publicat în 1894, a fost un bestscllcr până în 1935. Gândiţi-vă câte generaţii au căzut pradă tabuurilor sale. Iar urmele se mai văd şi acum, fie şi numai în această rezervă din atitudinile multor oameni faţă de copii.

Un alt medic avea să sădească tulburarea în suflete: Sigmund Freud. El acordă sexualităţii o parte preponderentă în dezvoltarea psihică a copilului. În special, el pretinde că băiatul încearcă dorinţe sexuale faţă de propria-i mamă (acesta este complexul lui Oedip), iar fata, faţă de tată (complexul lui Electra, denumirea datorându-i-se lui Jung). Foarte repede, aceste noţiuni sunt adoptate şi prost interpretate de anumiţi emuli care le răspândesc în marele public. De acum, copilul nu va mai fi privit decât prin intermediul acestei ipotetice sexualităţi: şi vor fi create fobii, precum această frică de a atinge şi de a alinta, ameninţarea uzitată fiind riscul de a-i provoca micuţului tot felul de nevroze, complexe refulate şi devianţe sexuale. Astfel că mama care îşi dezmiardă băieţelul îl împiedică să-şi rezolve conflictul oedipian şi-l condamnă să-i rămână legat sufleteşte. Cât despre tatăl care este mult prea apropiat cu fiul său, el riscă să-l transforme într-un homosexual etc. Asemenea idei eronate au ucis tot atâtea gesturi tandre ca şi frica de microbi. Şi nu uitaţi că au trecut mai bine de o sută de ani de când Occidentul trăieşte într-o supunere oarbă faţă de gândirea freudiană. Gândire unică a cărei domnie începe să fie contestată. Mitologic cu atât mai contestabilă cu cât autorul ei era departe de a-şi fi rezolvat propriile probleme legate de sexualitate şi femeie. Din ce în ce mai mulţi autori neagă existenţa, la copilul mic, a oricărei dorinţe sexuale pentru părinţii săi şi consideră că ataşamentul care se naşte este de ordin pur afectiv şi senzual. Oricum, cred că lipsa contactului dintre părinţi şi copii determină nesfârşit de mai multe tulburări psihice decât pretinsele excese.

O altă nelegiuire a civilizaţiei industriale: indepărtarea mamei şi distrugerea familiei lărgite. Faptul că mamele lucrează şi, mai ales, că-şi reiau rapid lucrul după ce nasc — ceea ce, în plus, împiedică prelungirea alăptării la sân — reduce considerabil contactele mamă—copiL Viaţa femeilor care au un serviciu este o cursă nebunească: se trezesc devreme, uneori foarte devreme, se pregătesc şi-şi pregătesc bebeluşul, il duc la bonă, parcurg un drum stresant de una sau două ore, lucrează alte şapte, parcurg acelaşi drum în sens invers, iau bebeluşul de la bonă, se ocupă de el, gătesc cina, fac ceva treburi prin casă, se culcă la unsprezece seara şi, eventual, se trezesc noaptea dacă bebeluşul plânge... Adăugaţi la toate acestea cumpărăturile, spălatul şi călcatul rufelor, curăţenia etc. Ce timp mai rămâne pentru dezmierdări şi jocuri? O civilizaţie care reuşeşte să-i impună femeii un asemenea surmenaj şi să frustreze în asemenea hal copilul, riscând să le provoace amândurora tulburări mentale, este o civilizaţie inumană, dacă nu chiar primejdioasă.

Dispariţia familiei lărgite nu ajută cu nimic. Altădată, trei generaţii trăiau sub acelaşi acoperiş sau măcar pe aceeaşi stradă: bunicii, părinţii şi copiii. Mai mult, familiile erau numeroase. Cu alte cuvinte, copiii erau răsfăţaţi, căci bunicii şi cei mari le dăruiau şi ei afecţiunea lor. puneau şi ei mâna la împlinirea tandreţei. Acum că familia este „nucleară", adică redusă la părinţii cu unul sau doi copii, mana mângâierilor a scăzut pe măsură.

Economia este prioritatea civilizaţiei industriale. Iată de ce reprimă plăcerile şi mai ales plăcerile iubirii, căci acestea deturnează trupul de la utilizarea-i economică: el nu trebuie să fie decât o unealtă, un mijloc de producţie a unei cantităţi mai mult sau mai puţin considerabile de obiecte şi materiale. Mângâierea, tandreţea? Nimicuri! De altfel, producătorilor „nici nu le mai trece prin minte aşa ceva", se plâng femeile vorbind despre soţul surmenat sau preocupat. Cu cât
Or *Ctrariltia* yi
se vorbeşte mai mult despre dragoste (în ziare, la televizor, la radio), cu atât mai puţin se face. Aşa că hotărâţi-vă ca, în anumite seri, să uitaţi de afaceri şi să scoateţi televizorul din priză pentru a vă ocupa de voi, de fiinţa ce vă este alături, de întâlnirea

epidermelor dvs., de cuvintele tandre, în căuşul cald şi dulce al intimităţii. Aici se află adevărata fericire. Nicio avere, nicio glorie nu-i sunt pe măsură. Iar dacă nu aveţi de lucru, în aşteptarea unor zile mai bune, oferiţi-vă această bogăţie de care nimeni nu vă poate priva: dezmierdări, aici şi acum. Accasta-i adevărata înţelepciune.

În zilele noastre, suntem cufundaţi într-o eră .audiovizuală", o epocă în care întâietate au auzul şi văzul. Audio, telefonul care a înlocuit scrisoarea migălită de mână; audio, radioul care a înlocuit melodia fluierată sau cântată în timp ce mâna compania; audio, combina *hi-fi,* difuzoarele ce-au împânzit totul. Audio în mod pasiv. Vizuale sunt imaginile supraabundente ale unei mass-media imposibil de evitat, ecranele omniprezente (Informatica, televiziunea, cinema etc.). Mult prea adesea, vizuale în mod pasiv. Ne lăsăm ochii şi urechile la voia lor. Ne lăsăm mâinile golite.Iar în viaţa de zi cu zi şi profesională, mâinile sunt din ce în ce mai puţin utilizate. Acasă, dar şi la birou sau în uzină, lucrul manual se reduce pe măsură ce robotizarea se extinde. Singurul lucru pe care-l mai au degetele de făcut este să apese pe un buton sau pe o tastatură. Să impingă şi să bată vor fi în curând singura lor misiune. Dacă ne putem bucura pentru că mâinile nu mai sunt nevoite să îndeplinească munci grele care le distrugeau, putem, de asemenea, deplânge faptul că, delăsate, îşi pierd îndemânarea, creativitatea. În curând, fiinţa umană nu va mai şti ce să facă cu cele zece degete ale sale cărora le-au trebuit totuşi zece milioane de ani ca să ajungă la acest grad de perfecţiune şi care l-au transformat în cea mai evoluată specie. Private de îndatoriri, private de sens, mâinile noastre vor dispărea într-o zi. Funcţia creează organul, spune o implacabilă lege a biologici. Mutaţiile se vor îngriji de accastă transformare. Pentru început, mâna se va reduce la un singur deget, cel care apasă pe tastaturi şi butoane. Apoi, când ii vom oferi creierului capacitatea de a comanda direct (prin intermediul undelor provenite din simplul gând) tastele aparatelor (calculatoare şi roboţi), mâinile şi braţele insele vor dispărea.

Aşa că, vă implor,
haideţi să ne folosim
mâinile: să frământăm
aluatul pâinilor
noastre, să ne
stoarcem portocalele,
să ne curăţăm
morcovii, să ne sădim
verzele în grădini, să
modelăm lutul oalelor,
să ciupim corzile
chitarelor, să gonim
pe clapele pianelor, să
tricotăm, să brodăm,
să ţesem. să pictăm,

să sculptăm... Jocuri ale mâinilor, jocuri omeneşti. Şi, bineînţeles, să mângâiem, să masăm, să dezmierdăm, să pipăim, să ciupim, să zgâriem... pielea celor pe care ii iubim

Capitolul 24

Reabilitarea tactilului

Pentru a-i ajuta pe occidentali să-şi regăsească gustul de a atinge şi mai ales de a atinge cu tandreţe, ar trebui să li-l inculcăm încă de la naştere, dacă nu chiar încă din viaţa intrauterină. Masarea femeii însărcinate şi masarea bebeluşului sunt nişte excelente şcoli de mângâieri.

Femeia însărcinată

Masajul făcut unei femei însărcinate este minunat Trebuie rezervat tatălui; prezenţa copilului face ca gestul să fie extrem de intim, cu atât mai mult cu cât atunci când mâinile se pun pe

pântece, bebeluşul vine şi el adesea în contact. Atunci se realizează trinitatea creaţiei.

Masajul o va ajuta pe mamă să se simtă bine în picica-i întinsă datorită sarcinii. Aici, el este preţios prin faptul că devine o mărturie

OtGáartfIto 375

a atenţiei soţului care, astfel, asigură că această operă este una comună. Ea este cea care poartă povara cea grea şi nobilă, dar el o susţine. Recunoscută şi valorizată în starea sa de graviditate, femeia o va duce la bun sfârşit cu mai multă bucurie. Mai mult, desigur, atingerea îşi va aduce efectele benefice bine-cunoscute: destindere nervoasă, ameliorare a circulaţiei, relaxare a contracturilor musculare etc. O altă consecinţă fericită: pentru că a gustat din plăcerea mângâierilor şi masajelor, mamei ii va plăcea încă şi mai mult să i le ofere copilului.

Cât despre bebeluş, va simţi şi el starea de bine, destinderea şi fericirea mamei sale. Va simţi, de asemenea, şi mâna celui care atinge, căci, aşa cum vedem la ecografie, bebeluşul se apropie cât mai mult de această mână lipindu-se de peretele anterior al uterului ce-l poartă. Fără îndoială, acesta este un bun semn care-i prevesteşte capacitatea viitoare de a intra în contact cu celălalt prin intermediul pielii sale.

Bebeluşii noştri

Zorii vieţii sunt fundamentali pentru sănătate, mai ales pentru sănătatea psihică. Căci în funcţie de gesturile mamei

sale mai întâi şi-apoi de cele ale tatălui şi ale tuturor celor ce-o ating se stabileşte echilibrul psihic al unei fiinţe şi se dezvoltă aptitudinea sa de a iubi. Un bebeluş bine mângâiat se va transforma într-un adult fericit în propriu-i trup şi propria-i piele, capabil să aibă bune relaţii cu ceilalţi

.Bebeluşul trebuie mângâiat cu delicateţe şi legănat încă din primele ore pentru a-l ajuta să suporte trecerea de la viaţa

intrauterină la cea terestră. În uter, bebeluşul trăia într-un paradis marin: în întuneric, ia caid, plutind fără să-şi simtă greutatea în lichidul amniotic, legănat de liniştitul talaz creat de respiraţia şi mişcările mamei, dezmierdat de pereţii atât de moi, cu urechea mângâiată de tic-tacul inimii şi vocea înăbuşită a mamei, bebeluşul era fericit asemenea unui peşte în apă. Brusc, se-ntâmplă un cataclism, copilul simte de pretutindeni apăsare şi este expulzat într-o lume înspăimântătoare: o lumină orbitoare, un frig pătrunzător, o greutate ca de plumb (gravitaţia), rapide deplasări, contacte atât de dure, zgomote asurzitoare. Pe scurt, infernul. Şi, în curând, în el însuşi, o senzaţie atât de dezagreabilă, ceva care-l scurmă şi-l vlăguieşte: foamea. Angoasa este completă. Iar bebeluşul nu poate face nimic. Ba da! Să urle!

Atunci, se simte ridicat şi, într-o clipită, regăseşte paradisul pierdut: între braţele şi sânul mamei, el redescoperă căldura, plutirea, legănările: moliciunea, bătăile inimii şi vocea de odinioară; iar în adâncul trupului său se naşte o altă voluptate: îndestularea. Dintr-odată, viaţa redevine plăcere, iar angoasa încetează. Mama îl alăptează, dar îl şi îngrijeşte (11 spală. îl schimbă etc.). Iar între toate acestea, mai importante sunt dezmierdările de tot soiul, legănările şi jocurile epidermelor. Mulţumită acestor secvenţe, bebeluşul se va adapta puţin câte puţin noii sale condiţii. Iată care este importanţa mângâierilor şi masajelor în această perioadă. Şi cu atât mai mult cu cât pielea bebeluşului este pe deplin sensibilă şi funcţională încă de la naştere, în timp ce alte simţuri (văzul, auzul) vor avea nevoie de timp pentru a se impune. Prin urmare, pielea este singurul mijloc eficient de receptare a lumii exterioare şi de comunicare cu ceilalţi. Dintr-odată, pielea înţelege şi ştie.

Pe de altă parte, cu cât este mai stimulată pielea, cu atât mai mult se vor dezvolta creierul şi psihismul copilului. Am văzut în paginile precedente că senzaţiile sunt acelea care „creează" într-o anumită măsură funcţiile şi înseşi ariile cerebrale. Or, creierul nou-născutului este imatur şi se va maturiza cu atât mai bine cu cât neuronii săi vor fi stimulaţi prin solicitări ale organelor

de simţ, ale pielii în special. A atinge, a mângâia sunt, aşadar, modalităţi de a împlini sensibilitatea şi intelectul fiinţei umane.

Cum să îmbunătăţim contactele cu bebeluşul? îndeplinind din tot sufletul „gestul” matern; multiplicând jocurile (legănări, sărutări

.Drdnrtltka jn

gădilări, mângâieri) oferite lui pe când îl îngrijim. Şi masându-l. Nu ştiţi să masaţi? Vă este teamă? Este totuşi un gest foarte firesc, foarte simplu, căci aveţi totul în dumneavoastră. Ascultaţi-vă instinctul matern (sau patern) şi lăsaţi-vă mâinile să acţioneze. Ascultaţi-vă tandreţea, mâinile dumneavoastră vor face restul. Fiţi spontan(ă) şi totul se va crea.

La început, mângâierea va fi superficială (simple atingeri) şi nu va dura mai mult de cinci-zecc minute. Apoi, va fi mai puternică şi va dura treizeci de minute. Nu vă grăbiţi, atingeţi bebeluşul, întoarceţi-l, mişcaţi-l încet. Vorbiţi şi cântaţi atunci când îl masaţi şi spuneţi-i ce veţi face. Ascultaţi-l, există lucruri care-i plac, altele care-i displac; în acest ultim caz, nu insistaţi!

Până la ce vârstă pot fi astfel mângâiaţi copiii? Nu există vreo limită. Oricum, când copilul nu-şi va mai dori aceste dezmierdări, va şti să v-o spună. În orice caz, uitaţi

prejudecăţile potrivit cărora prea multă tandreţe riscă sâ-l transforme pe copil într-un hipersensibil, papă-laptc sau homosexual. Dimpotrivă, tandreţea ajută la structurarea personalităţii. Şi totuşi, ea trebuie să respecte libertatea copi-lului şi să nu fie

niciodată unealta supunerii sale.Concluzie Ce va să vină

Or.OrardWni &

Mângâierea este mai mult decât ceea ce pare. Pentru individ, ea traduce ceea ce este fiecare în străfunduri sau ceea ce este silit să fie. în cuplu, e o mărturie a nivelului relaţiei şi a împărţirii sau neîmpărţirii puterii. În societate, reflectă natura raporturilor dintre

Multă vreme, bărbatului î-a fost interzisă mângâierea — s-o ofere, s-o primească; vorbesc aici despre dezmierdările din iubire şi nu despre simplele mişcări ale

mâinii al căror singur scop este excitaţia. Dar lucrurile se schimbă, şi încă repede: de zece ani încoace, data primei ediţii, bărbatul, eliberându-se de miile de ani de represiune ale *attimei* sale (partea sa feminină) şi-a dobândit dreptul de a fi sensibil, tandru şi mângâietor. Mulţi au profitat ai

înflăcărare de această oportunitate. Unii sunt încântaţi, alţii îşi pierd iluziile, căci proaspăta lor tandreţe se loveşte de o lume tot aspră şi care se-năspreşte încă

.Femeia, care a fost prototipul tandreţei, nu avea nimic de-nvăţat în această privinţă. Din păcate, mult prea adesea, ca chiar a uitat unele lucruri. Ea trebuia să-şi elibereze *animus*-ul (partea sa masculină); dar totul se petrece ca şi cum ar fi fost nevoită să-şi uite a sa *anima*. Iat-o că-i copiază pe bărbaţi: intră-n afaceri şi producţie, practică dominarea şi exploatarea celorlalţi, se războieşte... În cuplu, îşi neagă tandreţea (confundând mângâierile cu comportamentul matern) şi încearcă să-şi demonstreze tăria. Ea, a cărei emergenţă ar fi trebuit să schimbe atât de cruda societate patriarhală, nu face decât să o dubleze, s-o prelungească. Şi aici, în faţa acestei femei devenită dură într-o lume rămasă astfel, bărbatul care îşi poartă *anima* ca pe-o floare clachează. Este adevărat că femeia, pentru a se elibera de dominaţia masculină, trebuia să-şi radicalizeze

revolta; de altfel, femeia care nu este decât tandreţe şi sentimentalism continuă să fie asuprită de bărbat şi societate.

Oricum ar fi, relaţiile dintre femeie şi bărbat au atins un punct critic. Războiul este-n toi. Cuplurile se despart pretutindeni, răniţii se numără cu milioanele, mulţi se resemnează să trăiască singuri, alţii se refugiază pe lângă nişte persoane de acelaşi sex, alţii în „religii" de celibatari (de pildă, budismul).

Nu mai e vreme să visăm la o lume mai bună, trebuie să-i creăm temeliile şi să ne promitem că o vom clădi. Să trecem la un nou contract. Acela că bărbatul va continua să-şi dezvolte *anima* fără ca, numai pentru atât,

să-şi neglijeze *animus*-ul. Că va găsi dreapta măsură intre unul şi celălalt. Că le va modula în funcţie de împrejurări. în faţa fiarelor liberalismului sau a oricărui alt agresor, nu trebuie să expună vreun pântece înmuiat; dar nu are de ce să se mai dedea aceleiaşi cruzimi. Să-şi arate colţii şi ghearele, dar

apoi să prefere un dialog în care sâ-ncercc să introducă puţin umanism, să facă apel la suflet. În celelalte relaţii, *a fortiori* cele cu femeia şi copiii, să-şi lase *anima* să vorbească. Invers, în relaţiile ce implică riscuri (domeniul meseriilor grele, al sporturilor etc.), să dea cuvântul d/>/mu5-ului. În fond,

idealul bărbatului de tip nou ar putea să se inspire din cel al cavalerului: înarmat, curajos, da

nobil în luptă; tandru, amabil, rafinat în afara luptei şi mai ales faţă de femeie.

Iar femeia să continue să-şi elibereze *anima*, dar fără să-nceteze să se preocupe de al său *animus*. Vigilentă şi intuitivă, ca va şti prea bine când va fi nevoie să se apere şi când va putea lăsa garda jos. Şi, mai ales, să evite să-l rănească pe bărbat dezvăluindu-i *anima*. La modul general, să-şi amintească de faptul că nu (mai) este vorba să-l copieze pe bărbat, ci să inventeze alte relaţii umane şi, dincolo de-acestea, o nouă societate.

Ştiu că este greu, atât pentru femeie, cât şi pentru bărbat, să împlinească frumoasa floare a *animei* lor în câmpul plin de pietre al civilizaţiei actuale. Totuşi, trebuie să se străduiască fără încetare şi cu iubire. Noua societate va fi odorul unirii celor două *anima*. Contopire care se experimentează şi se elaborează în cuplu, acest microcosm. Iar mângâierea este unul dintre mijloace, unul dintre teste. Nu numai că este tandreţe, dăruire, abandon, ci cuprinde şi renunţarea la orice demonstraţie de forţă, putere, presimţire, rol — într-un cuvânt, este egalitate, cuvânt sinonim cu. iubirea. Pornind de la această relaţie dual㠹 devenită exemplară, se vor putea elabora noile relaţii intre indivizi şi chiar intre indivizi şi mama noastră, pământul, adică, noua civilizaţie.

Într-adevăr, totdeauna mi s-a părut că încrâncenarea agresivă care caracterizează activităţile bărbatului în afara cuplului atât faţă de ceilalţi bărbaţi, cât şi faţă de natură (dominare, exploatare, efracţie, distrugere) nu era. într-o oarecare măsură, decât o revanşă pentru decepţiile-i conjugale, o (proastă) transmutaţie a suferinţelor şi a neîmplinirii sale în cadrul cuplului. Pe scurt, s-ar război (în plan real, economic etc.) pentru că n-ar şti să facă dragoste.

Nu este o întâmplare dacă criza relaţiilor dintre femei şi bărbaţi culminează în momentul în care societatea liberală se apropie de propria-i distrugere. Nu este o întâmplare, dar este o şansă. Căci cuplul, intrat adânc în vârtejul turbulenţelor, este pe cale să afleo soluţie prin recunoaşterea acestor *anime.* Această emergenţă a femininului va fi, de asemenea, *via* noul cuplu, mijlocul de a da naştere unei noi societăţi. în faţa haosului economic şi ecologic care se-anunţă şi a cortegiului lor de nenorociri, cuplul ce va să vină poartă speranţele viitorului

omenirii. Iar mângâierea îi este

mesaj.

i3 tn Fran(a. simţurile pe obraz sunt o tormi foarte uzitată de salut Între prieteni ţi cunoştinţe; numirul lor (cârc poate ajunge fi pani la patru) variază de la regiune la regiune. *(N.I.)*

6 Compuşi în 190$. e*te uiu dintre cele mai importante opere ale hii Claude Debuuy (1862—1918) ţi o culme a impresionismului muzical. *(N.t.)*

7 Curtezană celcbri din Grecia, iubită a sculptorului Praxitcles care a folosit-o adesea ca model (.V.f.)

8 Simone de Beauvoir, *Al doilea sex,* trad. de Diana Bolcu, vol. II. Editura Univer*. Bucureşti. 1998. p. 109. (S.t.)

9 Suspin. *(N.t)*